bimby

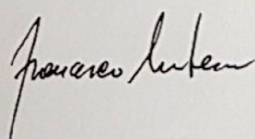
Pane e panini

Il profumo del forno di casa

Pane e panini

Il profumo del forno di casa

bimby

Editoriale

IL PROFUMO DEL FORNO DI CASA

Un impasto semplice - che parte dall'unione di farina, acqua, lievito e sale - può dar vita ad un pane unico e fragrante, capace di riempire la casa di un profumo irresistibile. Il pane, in tutte le sue forme e varianti, è parte della nostra alimentazione quotidiana e non può mancare sulle tavole italiane. In questo Libro sono raccolte 60 ricette interamente dedicate a questo prezioso alimento e a tutte le sue diverse declinazioni: dai pani e panini classici della cultura italiana e internazionale a quelli più fantasiosi, realizzati con ingredienti insoliti o resi speciali da forme particolari. Tantissime idee per ogni giorno e per stupire gli ospiti nelle occasioni speciali.

Nella ricca introduzione è illustrata la storia del pane e le sue proprietà nutritive, con tutti i dettagli e i piccoli segreti per realizzare in casa un prodotto di ottima qualità, con la certezza di poter usare ingredienti sani e genuini.

Non è tutto! Grazie all'innovazione della Modalità Guidata, tutte le preparazioni sono disponibili anche nella Bimby® stick, che consentirà di visualizzare direttamente sul display digitale di Bimby® e prepararle passo passo in modalità guidata. Nel caso in cui non possegga ancora la Bimby® stick di questo volume, potrà contattare la Sua Incaricata alla vendita per scoprire come è facile averla.

Le auguriamo una buona lettura e Le ricordiamo che la Sua Incaricata è a completa disposizione per scoprire insieme come Bimby® può rendere più semplice la Sua vita di tutti i giorni in cucina!

Vorwerk Contempora
Il Presidente
Francesco Marchese

Sommario

Gli ingredienti principali

Gli ingredienti della ricetta base sono **farina**, **acqua**, **lievito** ed eventualmente **sale**, ai quali si possono aggiungere una consistente lista di "altri" ingredienti che rendono il pane speciale.
Con i soli ingredienti di base si possono ottenere, cambiando il tipo di lavorazione, di lievitazione, di forgiatura e di cottura, tanti pani differenti l'uno dall'altro.

LA FARINA DI FRUMENTO

Il primo e insostituibile ingrediente del pane è la **farina**, ottenuta dalla macinazione dei chicchi di cereali. La farina più adatta per la panificazione è quella di **frumento**, perché presenta una forte componente proteica composta dalla gliadina e dalla glutenina, che reagiscono con l'acqua e danno origine al più conosciuto glutine.
Il glutine crea un reticolo all'interno dell'impasto di farina e acqua, rendendolo compatto, elastico e in grado di trattenere i gas che si sviluppano al suo interno durante la lievitazione.
Le farine di frumento si dividono in due grandi famiglie, sulla base del tipo di grano dalla cui macinazione vengono estratte: **farine di grano duro** e **farine di grano tenero**.

Le farine di grano duro sono di colore leggermente giallognolo, più granulose al tatto e sono utilizzate soprattutto per preparare pasta fresca e, in modo particolare nel sud Italia, per la preparazione di alcuni tipi di pane (famoso, ad esempio, quello di Altamura).

Le farine di grano tenero sono di colore bianco, hanno una consistenza quasi polverosa e sono caratterizzate da un granello a frattura farinosa che, dopo la macinazione, restituisce farine dai granuli sottili e tondeggianti, rendendole più adatte alla panificazione e alla pasticceria. Le farine di grano tenero possono essere classificate secondo diversi criteri.

La legge italiana prevede che le farine di grano tenero siano classificate in base alle **ceneri** in esse contenute, secondo questo schema:
- tipo "00" con ceneri fino al 0,55%
- tipo "0" con ceneri fino al 0,65%
- tipo "1" con ceneri fino al 0,80 %
- tipo "2" con ceneri fino 0,95%
- integrale con ceneri min. 1,30% max 1,70%

Le farine di grano tenero possono essere classificate anche a seconda della **percentuale proteica contenuta**, quindi sulla loro capacità di formare il glutine. Secondo questo criterio si possono avere farine **forti**, più adatte per impasti lievitati perché con una percentuale proteica più elevata, **medie** e **deboli**.

La forza della farina viene indicata con il valore "**W**". A tutt'oggi, non essendo obbligatoria per i prodotti per uso domestico, l'indicazione della forza non si vede spesso sulle confezioni che si trovano a scaffale nei supermercati, anche se molte aziende stanno iniziando a muoversi in questa direzione, indicando tale valore anche nei propri siti web. Comunque, qualora non venisse esplicitamente indicata, per comprendere la forza della farina si può controllare la percentuale proteica riportata nella tabella nutrizionale: in linea generale maggiore è la quantità di proteine, maggiore è la forza della farina.

Con riferimento a questo, di seguito verrà riportata una tabella di sintesi della Forza della farina:

TIPOLOGIA DI FARINA	FORZA	POTERE DI ASSORBIMENTO LIQUIDI*	PREPARAZIONI
Deboli	Fino a W 170	50%	Biscotti, cialde, grissini, crackers, piccola pasticceria
Medie	Da W 180 a W 260	55%-65%	Pane comune, ciabatte, baguette, pane con impasto diretto e con biga 5/6 ore, pancarrè, pizze, focacce, fette biscottate, panini all'olio
Forti	Da W 280 a W 350	65%-75%	Pane lavorato, pizza a lunga lievitazione, pasticceria lievitata naturalmente con biga di 15 ore (babà, brioches, etc)
Speciali**	Oltre W 350	90%	Pane soffiato, pandoro, panettone, lievitati a lunga fermentazione con biga oltre le 15 ore

* I valori si riferiscono a 100 g di prodotto

** Farine prodotte con grani speciali, soprattutto Americane e Canadesi (es. Manitoba), usate soprattutto "tagliate" e per pani di difficoltoso ottenimento, oppure come rinforzanti delle farine deboli

Un'ulteriore classificazione viene effettuata in base al **grado di raffinazione**: le farine meno raffinate non subiscono il trattamento di setacciatura e sono complete sia del germe di grano che delle parti esterne; al contrario quelle più raffinate sono completamente prive di queste parti ricche di fibra, vitamine e minerali.
In commercio si trovano:
- **la farina di tipo 00** (proteine min. 9%): detta anche "fior di farina". È la più raffinata, costituita esclusivamente dalla parte interna del chicco.
È ricchissima di amido, ha un buon contenuto di proteine ed una buona capacità di assorbimento dell'acqua, ma è povera di fibra e minerali. Presenta una facile digeribilità ed è ideale soprattutto per realizzare dolci, per impastare alcuni tipi di pane e pizze e per la pasta fresca;
- **la farina di tipo 0** (proteine min. 11%): detta anche "di prima scelta". È meno raffinata della precedente, dunque più nutriente, grazie ad un maggior contenuto di proteine e sali minerali. Adatta per biscotti, cialde, grissini e piccola pasticceria;
- **la farina di tipo 1** (proteine min. 12%): meno raffinata e più sostanziosa delle precedenti, è considerata una farina media per la sua capacità di formare glutine e trattenere acqua, quindi perfetta per la panificazione di qualità;
- **la farina integrale** (proteine min. 12%): completa del germe e del tegumento del chicco è la più completa dal punto di vista nutrizionale, fornisce tanta fibra, sali minerali e vitamine. Deve provenire preferibilmente da colture biologiche per evitare la presenza di residui dei trattamenti antiparassitari ed è ideale per la preparazione di pani lievitati e non o per arricchire di fibre naturali un impasto.

Il sistema di molitura più antico e a tutt'oggi migliore è quello a pietra che non determina il surriscaldamento del prodotto, salvaguardando i nutrienti contenuti negli sfarinati.
La raccolta di ricette che viene presentata in questo Libro prevede l'utilizzo delle diverse farine di grano tenero a seconda della tipologia di pane che si vuol realizzare con una **preferenza per le farine di tipo 1, macinate a pietra e di produzione biologica**.

LE ALTRE FARINE

La farina di grano duro, anche detta semola per la caratteristica granulometria. È di colore giallo ambrato ed è indicata per la produzione di pani molto saporiti e conservabili per periodi abbastanza lunghi.

La farina manitoba, ottenuta da un grano semiduro coltivato nella provincia candese di Manitoba, si caratterizza per l'elevato contenuto di proteine e per la sua capacità di assorbire acqua. È considerata una farina forte (W > 350) molto adatta per la produzione dei grandi impasti lievitati, contenenti anche altri ingredienti come uova e burro. Per tale ragione non è stata impiegata in tutte le ricette presenti nella pubblicazione, ma soltanto in alcuni impasti specifici che ne richiedono e giustificano la presenza.

La farina di mais, si ottiene dalla macinazione dei chicchi di granturco, è indicata nell'alimentazione del celiaco, perché ricca di fibra e di vitamine del gruppo A e B, ma priva di glutine. Proprio per questa ragione è poco adatta alla panificazione, quindi per ottenere un prodotto lievitato e leggero occorre abbinarla alle farine di frumento di grano tenero.

La farina di grano saraceno, è di buona digeribilità, è ricca di sali minerali e vanta un buon equilibrio fra i diversi amminoacidi delle proteine presenti. È senza glutine ed ha un sapore piuttosto deciso.

La farina di segale, molto utilizzata per la panificazione a lievitazione naturale nei paesi del nord Europa e del nord Italia contiene meno glutine delle farine di frumento e dà origine a pani scuri e compatti. Macinata a pietra ed integrale è ricca di fibra, minerali ed ha un basso indice glicemico.

La farina multicereale, si ottiene dalla macinazione di diversi cereali, semi oleosi e fiocchi. È ricca di proteine, fibre, minerali e vitamine.

La farina di Kamut, ottenuta dalla macinazione di una antica varietà di grano, noto come "grano egiziano o del Faraone". Definita con il termine generico *Khorasan*, la farina di Kamut ha buona digeribilità ed un elevatissimo contenuto di proteine e minerali, che la rendono ricca di glutine quindi poco adatta per l'alimentazione dei celiaci.

Le ricette contenute nel Libro danno indicazioni precise relative alla quantità di acqua necessaria per ottenere un buon impasto, ma tali indicazioni rimangono valide soltanto se vengano utilizzate le stesse tipologie di farine indicate in ricetta. Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro, è possibile "aggiustarlo" aggiungendo acqua/latte o farina in quantità sufficiente sino ad ottenere l'impasto della giusta consistenza.

L'ACQUA

L'acqua ha un ruolo fondamentale nella preparazione del pane, poiché idrata la farina, favorisce la lievitazione e lo sviluppo del glutine. Per questa ragione occorre curarne sia la qualità che la quantità. In merito alla qualità va ricordato che le acque dolci (durezza inferiore ai 5° francesi) rendono gli impasti molto morbidi e collosi, mentre le acque troppo dure (oltre i 30° francesi) irrigidiscono gli impasti e li rendono meno elastici. In zone in cui l'acqua è molto dura o ricca di cloro è consigliabile utilizzare l'acqua in bottiglia.
Rispetto alla quantità è difficile stabilire in maniera precisa il rapporto acqua/farina, perché la quantità di acqua dipende dal tipo di farina, dalla sua capacità di assorbimento dell'acqua (vedi tabella "Forza della farina") e dalla provenienza geografica, dal grado di freschezza, dall'umidità dell'aria e dalla temperatura ambientale.

IL LIEVITO

Il lievito è indispensabile per far gonfiare l'impasto di farina e acqua attraverso la trasformazione degli zuccheri, con conseguente produzione di gas. Tre sono i tipi di lievito utilizzati in panificazione: il lievito naturale o lievito madre, il lievito di birra fresco e il lievito di birra secco.
Il **lievito di birra** fresco è ottenuto da alcuni ceppi microbici (Saccaromyces cerevisiae) impiegati anche nella lavorazione della birra. È responsabile della cosiddetta "fermentazione alcolica" che genera una trasformazione degli zuccheri con produzione di anidride carbonica ed alcool etilico. È una lievitazione che richiede tempi relativamente brevi rispetto al lievito naturale. Si trova nel bancofrigo dei supermercati ed è venduto in panetti dal colore beige e dalla consistenza sbriciolabile. Si conserva in frigorifero e, una volta aperto, va riposto in un contenitore con chiusura ermetica.

Il **lievito naturale o lievito madre** è un impasto di acqua e farina prevalentemente di grano tenero, costituito da microrganismi presenti nell'aria, saccaromiceti, batteri lattici ecc., che determinano una fermentazione naturale dell'impasto con produzione di anidride carbonica, acido lattico e acido acetico.
Il **lievito di birra secco**, grazie ad un basso tenore di umidità presenta lunghi tempi di conservazione. È costituito da piccoli granuli che sciolti in acqua tiepida riattivano la loro capacità di fermentazione (in questo Libro non viene utilizzato).
Nel realizzare le ricette di questo Libro si sono evitate le lievitazioni troppo veloci, impiegando una minima quantità di lievito di birra fresco e favorendo in tal modo i processi di fermentazione naturale.

IL SALE

Il sale aiuta a dar sapore all'impasto, ne aumenta la plasticità e rende più scura la crosta. È anche un conservante, poiché ne allunga i tempi di conservazione, mantenendo il pane fresco più a lungo. Per contro, è necessario stare attenti nel dosarlo, perché troppo sale potrebbe impedire la lievitazione.

GLI ALTRI INGREDIENTI

L'aggiunta di minime quantità di grassi rende l'impasto più morbido e gustoso senza comprometterne la digeribilità.
L'**olio extravergine di oliva** è senza dubbio il grasso migliore sia sul piano qualitativo che nutrizionale, poiché arricchisce il pane di utili grassi insaturi e vitamina E.
Il **miele** e il **malto** favoriscono la lievitazione, grazie agli zuccheri e agli enzimi presenti. Il primo lo si ottiene dal nettare delle api ed il secondo dalla macerazione e germinazione dei chicchi d'orzo.
I **semi oleosi** come le noci, i semi di girasole e di sesamo, sono fonte di minerali, acidi grassi insaturi e fibre. Contribuiscono a mantenere bassi i livelli di colesterolo del sangue e a modulare la glicemia.

Il pane in tavola

Il pane è un alimento di prima necessità, in quanto garantisce all'organismo una buona quota di carboidrati complessi, che rappresentano il miglior carburante per l'organismo umano, indispensabili per produrre l'energia necessaria allo svolgimento delle funzioni vitali e delle diverse attività fisiche giornaliere.
Negli ultimi decenni si è assistito ad una progressiva ed ingiustificata riduzione nel consumo di pane, considerato uno dei principali colpevoli del sovrappeso e dell'obesità.
L'imputato maggiore è il suo elevato contenuto di carboidrati che oscilla dal 45% al 70%, sottovalutando in tal modo la loro importanza nel rifornimento di energia pulita.
La quota di calorie da carboidrati giornaliera dovrebbe essere tale da coprire almeno il 55-60% dell'apporto energetico complessivo.
Il contenuto di proteine del pane è modesto, circa il 10% e di valore biologico piuttosto basso, per la carenza di alcuni amminoacidi essenziali; da qui la necessità di accompagnarlo con il cosiddetto "companatico", termine ormai in disuso, ma molto utilizzato dalle civiltà contadine per definire le piccole quantità di cibo proteico di accompagnamento del pane.
Il contenuto in grassi è pressoché nullo, a meno che non siano aggiunti in lavorazione olio extravergine di oliva o altri grassi e ingredienti come i semi oleosi.
Le vitamine presenti sono essenzialmente quelle del gruppo B: la B1, la B2 e la niacina; i minerali sono soprattutto il sodio, il potassio, il calcio e il fosforo.
Dal punto di vista dietetico la valutazione è condizionata dalle diverse ricette, si va dal pane preparato con farina 00, più digeribile, ma meno nutriente a quello preparato con le farine integrali più

ricche di minerali e soprattutto di fibra, capaci di stimolare la funzione intestinale.
I pani preparati con farine non raffinate presentano anche un indice glicemico più basso e sono dunque più indicati nell'alimentazione dei diabetici e di chi vuol evitare improvvisi innalzamenti della glicemia del sangue.

Differenziato è anche l'apporto calorico delle diverse tipologie di pane. La porzione di riferimento del pane è pari a 50 g. Per una dieta equilibrata, la quantità di pane dipende dal fabbisogno calorico giornaliero di ogni persona.
La tabella di seguito potrà aiutare a comprendere e ad orientarsi meglio nel consumo giornaliero dei prodotti del gruppo cereali e derivati, sulla base delle indicazioni fornite dalle **"LINEE GUIDA PER UNA SANA ALIMENTAZIONE ITALIANA"**, messe in relazione anche al consumo giornaliero di altri alimenti ad elevato contenuto di carboidrati, come la pasta, le patate e gli altri prodotti da forno.

ALIMENTI	NUMERO DI PORZIONI CONSIGLIATE		
	1.700 Kcal (bambini con più di 6 anni e donne con vita sedentaria)	**2.100 Kcal** (adolescenti femmine, donne e uomini adulti non sedentari)	**2.600 Kcal** (adolescenti maschi e uomini adulti non sedentari)
Pane	3 volte al giorno	5 volte al giorno	6 volte al giorno
Prodotti da forno	1 volta al giorno	1 volta al giorno	2 volte al giorno
Pasta/Riso	1 volta al giorno	1 volta al giorno	1-2 volte al giorno
Patate	1 volta a settimana	2 volte a settimana	2 volte a settimana

La conservazione

La durata di conservazione varia a seconda del tipo di pane, dalla qualità della farina, dal tipo di lievitazione e dagli eventuali ingredienti.
Per pochi giorni il pane si conserva meglio in un contenitore di legno oppure in frigorifero (al massimo per 2-3 giorni) all'interno di sacchetti di plastica con chiusura ermetica. Altrimenti riporlo in congelatore a - 18°C, avvolto nelle apposite pellicole alimentari o all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima del consumo, il pane va scongelato a temperatura ambiente, per qualche ora, oppure va messo in forno per pochi minuti per fargli riacquistare fragranza e croccantezza.
Nei pani ricchi di acqua, se mal conservati, possono proliferare muffe, che indipendentemente dal loro colore, lo rendono non commestibile.

Protagonista in cucina

Il pane e i suoi derivati sono i protagonisti della tavola di tutti i giorni. Dalla colazione, in abbinamento a confetture e marmellate, sino alla cena, come ottimo accompagnamento a zuppe, formaggi, etc.
Ma da fresco difficilmente viene utilizzato in cucina come ingrediente nella preparazione di ricette di vario tipo, al contrario del pane raffermo che può essere impiegato nelle insalate e nelle zuppe sotto forma di crostino o come pangrattato nei piatti gratinati per migliorarne il sapore, il profumo e la croccantezza.
Anziché buttare il pane vecchio, conviene dunque farlo seccare in forno, grattugiarlo con il Bimby® e conservarlo in un contenitore con chiusura ermetica a temperatura ambiente.
Sarà un ottimo legante per polpette, burger vegetali e polpettoni, un addensante per salse e stufati, un ingrediente indispensabile per le panature di carni o pesci e per la gratinatura delle verdure. È anche l'ingrediente principale dei canederli tirolesi e dei passatelli dell'Emilia Romagna.
Diverse sono infine le zuppe preparate con il pane anche raffermo, basti pensare alle italianissime ribollita e pappa al pomodoro, ma anche allo spagnolo gazpacho e alla francese zuppa di cipolle.

Consigli: per ottenere un pane fatto in casa di ottima qualità è necessario scegliere delle materie prime eccellenti, in modo particolare la farina, che deve essere adatta alla panificazione. Le tempistiche di lievitazione dipendono da una serie di fattori, tra cui la tipologia di farina utilizzata, la durezza dell'acqua, la localizzazione geografica e soprattutto le temperature interne ed esterne all'ambiente di lievitazione.

In tutte le ricette contenute in questo Libro i tempi di lievitazione sono indicativi. Quindi si consiglia di tenere monitorato l'avanzamento della lievitazione, controllandolo già dopo la prima ora. Effettuare una leggera pressione con un dito sull'impasto. Se l'impasto è morbido e si ripristina agevolmente, la lievitazione è avvenuta correttamente.

UTENSILI E ATTREZZATURA UTILE

Ciotola grande per la lievitazione
Matterello
Raschiapasta di metallo, per dividere
Raschiapasta in plastica (tarocco), per raschiare l'impasto, staccarlo dalle pareti della ciotola e amalgamarlo bene
Coltello affilato o lametta, per incidere gli impasti
Stampi e teglie varie per la cottura in forno
Pennello da cucina
Padella antiaderenti
Pellicola trasparente e carta forno

LIEVITO MADRE

Sino alla fine del 19° secolo, il lievito naturale o lievito madre è stata la sola forma di lievitazione conosciuta e l'unico modo di panificare e produrre dolci.
Il lievito naturale è un impasto di acqua, farina ed eventualmente un elemento contaminante che conferisce acidità (es. yogurt, buccia di mela, uvetta, etc), che fermentando, consentono la riproduzione spontanea di microrganismi che acidificano la pasta e che daranno vita alla formazione del lievito.
I fattori che incidono sullo sviluppo di questa microflora sono diversi: in primis la carica batterica e la composizione delle materie prime (farina e acqua) e successivamente le condizioni ambientali in cui tali materie prime fermentano (es. temperatura e umidità dell'ambiente).
L'utilizzo del lievito madre nelle preparazioni le rende uniche per sapore, fragranza e aroma e ancora oggi è indispensabile per la realizzazione di prodotti della nostra tradizione delle festività, come pandori, panettoni e colombe o per produrre pane e prodotti da forno soffici e leggeri, maggiormente digeribili e conservabili più a lungo.
Per sfruttare al meglio le grandi potenzialità del lievito naturale è necessario curarlo e coccolarlo, rinfrescandolo periodicamente e prestandogli attenzioni costanti, ma lui ripagherà la vostra dedizione dandovi grandi soddisfazioni. Per la riuscita del lievito madre è necessario seguire passo passo le indicazioni riportate nella ricetta che segue.

PASTA MADRE

LIEVITO MADRE

INGREDIENTI

Lievito madre
- 200 g di farina tipo 1
- 120 g di acqua
- 1 cucchiaino di yogurt naturale, non zuccherato

Rinfresco
- 100 g di acqua
- 200 g di farina tipo 1

UTENSILI UTILI
- pellicola trasparente
- barattolo in vetro
- vasetto a chiusura ermetica

PREPARAZIONE

Lievito madre

1. Mettere nel boccale la farina, l'acqua e lo yogurt, mescolare: **30 sec./vel. 4.**
2. Trasferire il composto all'interno di un barattolo di vetro alto e coprire con pellicola trasparente (o un canovaccio bagnato). Riporre il barattolo in luogo riparato da correnti d'aria per 72 ore (vedere consigli), fino a che non avviene la fermentazione.

Rinfresco

3. Prelevare 100 g della parte centrale dell'impasto fermentato (buttare via la parte esterna perché non attiva), metterlo nel boccale con l'acqua e sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
4. Aggiungere la farina e impastare: **2 min./**.
5. Trasferire il composto all'interno di un barattolo di vetro alto con chiusura ermetica e riporre in frigorifero sino al momento del suo utilizzo (vedere consigli).

CONSIGLI

- In estate quando la temperatura esterna è più elevata, per la fermentazione al passaggio 2, possono essere sufficienti anche 24/48 ore.
- Per fare in modo che il lievito madre sviluppi al meglio la sua capacità fermentativa e poter procedere con il suo utilizzo negli impasti è preferibile prima effettuare un rinfresco giornaliero per 7 giorni con le stesse modalità del primo rinfresco.
- Per sfruttare al meglio il lievito madre è fondamentale imparare a conoscerne il potere lievitante, adattando i tempi di maturazione e lievitazione degli impasti (anche a seconda della temperatura). Saranno quindi necessarie diverse prove prima di ottenere dei buoni risultati. Per una buona riuscita degli impasti comunque è importante rinfrescare il lievito madre e lasciare fermentare qualche ora fuori dal frigorifero (o se lasciato fermentare in frigorifero necessita di più tempo) prima di utilizzarlo.
- Conservazione dopo i rinfreschi: conservare il lievito madre in frigorifero all'interno di un barattolo in vetro o un contenitore a chiusura ermetica a una temperatura di 4°-5°C.
- A partire dal settimo rinfresco il lievito madre sarà attivo interamente, quindi la parte esterna potrà essere utilizzata per realizzare gli impasti (come piadine o grissini con esubero). Rinfrescare il lievito madre rimanente con le stesse proporzioni del primo rinfresco.

5 min

3 giorni 15 min

1 ricetta completa

medio

Valori nutritivi per porzione:
5715 kJ / 1366 kcal / proteine 44 g / carboidrati 310 g / grassi 3 g

PANI CLASSICI DALL'ITALIA E DAL MONDO

IL PANE DI ALTAMURA

INGREDIENTI

350 g di acqua
600 g di semola di grano duro + q.b.
10 g lievito di birra fresco sbriciolato
1 pizzico di zucchero
20 g di sale

UTENSILI UTILI

canovaccio pulito
ciotola
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale 100 g di acqua, 100 g di semola rimacinata di grano duro, il lievito e lo zucchero, sciogliere: **1 min./37°C/vel. 2**. Lasciare riposare nel boccale per 1 ora.
2. Aggiungere al contenuto del boccale, la semola rimasta, 250 g di acqua e il sale, impastare: **2 min./**.
3. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro infarinato e compattare con l'aiuto delle mani formando una palla. Sistemare l'impasto in una ciotola larga (possibilmente di legno) e coprire con un canovaccio di cotone pulito. Lasciare lievitare in un luogo riparato sino al raddoppio del volume (2 ore circa).
4. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro e appiattirlo formando un rettangolo (foto 1).
5. Unire le due estremità laterali portandole al centro e pressare leggermente con i polpastrelli per allargare la forma (foto 2). Portare verso il centro il lato lungo superiore (foto 3) poi avvolgere il tutto richiudendo con il lato lungo inferiore (foto 4). Riprendere le estremità e riunirle, pressando più volte con le dita il centro (foto 5) e con i palmi le due metà formatesi. Sovrapporre le due metà e pressare ulteriormente il lato più basso con i palmi, in modo da creare in cottura il tipico rigonfiamento (foto 6).
6. Rivestire la placca del forno con carta forno e trasferirvi il pane, coprire con il canovaccio e lasciare riposare per altri 30 minuti.
7. Nel frattempo, preriscaldare il forno in modalità statica a 230°C.
8. Terminata la lievitazione, togliere il canovaccio, riporre la placca nella parte inferiore del forno (vedere consiglio) e cuocere il pane in forno caldo per 45-50 minuti (230°C).
9. Togliere con attenzione la placca dal forno e lasciare raffreddare prima di servire.

CONSIGLI

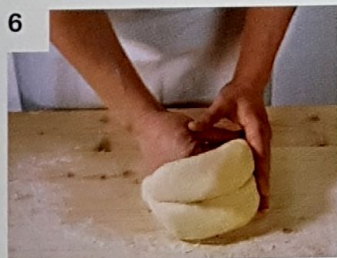
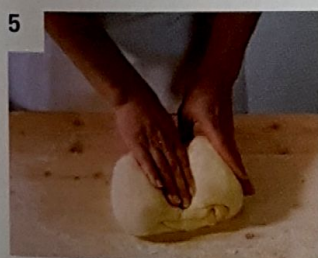
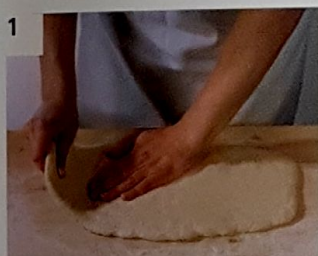
- Per un risultato molto simile al Pane prodotto ad Altamura si consiglia di utilizzare farina di semola rimacinata di grano duro proveniente da Altamura o dalla Puglia.
- Posizionare la placca nella parte bassa del forno consente al pane di cuocersi in maniera più omogenea e di non far bruciare la crosta, essendo un pane dalla forma alta (U Scquanét, pane accavallato).

INFORMAZIONI

- Il Pane di Altamura DOP, viene prodotto esclusivamente nella città di Altamura e con lievito madre di farina di semola rimacinata di grano duro prodotta in città. In caso si disponga di tale ingrediente sostituire il lievito di birra con 120 g di lievito madre e aggiungere altri 50 g di acqua alla ricetta.

 5 min
 4 h
1 ricetta completa
 elevato
Valori nutritivi per porzione:
891 kJ / 213 kcal / proteine 7 g / carboidrati 48 g / grassi <1 g

VARIANTI

- Se si vuole fare il Pane di Altamura in maniera più semplice e rapida, procedere nel modo seguente:
  1. Mettere nel boccale 350 g di acqua, 10 g lievito e un pizzico di zucchero, sciogliere: **1 min./37°C/vel.1**.
  2. Aggiungere 600 g di farina di semola rimacinata di grano duro, 20 g di sale, impastare: **2 min./**.
  3. Formare una palla, sistemarla in una ciotola (possibilmente in legno) e lasciarla lievitare in luogo asciutto per 3 ore circa.
  4. Preriscaldare il forno a 220° C.
  5. Mettere in forno caldo per 45-50 minuti (220°C) praticando, prima di infornare, 3 tagli in superficie con un coltello a lama liscia formando un triangolo al centro.

PAGNOTTA CASERECCIA

INGREDIENTI
350 g di acqua
15 g di lievito di birra fresco
o 150 g di lievito madre
600 g di farina tipo 1 + q.b.
o di farina tipo 0 + q.b.
1 cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI
gratella
coltello a lama liscia
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
pellicola trasparente
ciotola

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale l'acqua e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Infarinare leggermente una ciotola capiente e trasferirvi l'impasto, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa, vedere consigli).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sulla placca del forno preparata, dargli la forma di una pagnotta leggermente allungata e praticare sulla superficie 3 incisioni con un coltello. Coprire l'impasto con la pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente fino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
5. Preriscaldare il forno a 200°C.
6. Togliere la pellicola trasparente e cuocere la pagnotta in forno caldo per 35-40 minuti circa (200°C) fino a che risulterà ben dorata.
7. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./**, sino ad ottenere un impasto elastico.
- Nel caso venga utilizzato il lievito madre si devono considerare tempi di lievitazione più lunghi (circa il doppio) rispetto alla lievitazione tradizionale con il lievito di birra.
- Questo pane è ottimo per la tavola di tutti i giorni ed è ideale per la colazione o la merenda poiché si abbina molto bene a salse dolci, marmellate, confetture, etc.
- Si conserva per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica. Prima di consumare, riscaldare il pane in forno caldo per fargli riacquistare la sua croccantezza.
- È possibile congelare la pagnotta, preferibilmente tagliandola a fette e riponendole all'interno di sacchetti per il congelamento. Prima di consumare, scongelare le fette e, a piacere, riscaldarle sopra una piastra o in forno caldo.

15 min
5 h 10 min
10
10 porzioni
facile
Valori nutritivi per porzione:
891 kJ / 213 kcal / proteine 7 g / carboidrati 47 g / grassi <1 g

MANTOVANINE

INGREDIENTI

230 g di acqua
1 cucchiaino di malto di orzo
o di miele
15 g di lievito di birra fresco
o 150 g di lievito madre
500 g di farina tipo 1 + q.b.
o di farina tipo 0 + q.b.
10 g di strutto
1 cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI

gratella
coltello affilato
matterello
carta forno
pellicola trasparente
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
ciotola

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il malto di orzo e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, lo strutto e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria per circa 30 minuti (vedere consigli).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro leggermente infarinato e dividerlo in 8 palline del peso di circa 90-100 g ciascuna.
5. Con il matterello stendere ogni pallina in una striscia lunga 30-40 cm. Arrotolare ciascuna striscia su se stessa e sistemarle sulla placca del forno preparata. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente per almeno per 1 ora e mezza circa.
6. Preriscaldare il forno a 200°C.
7. Togliere la pellicola trasparente e incidere longitudinalmente la superficie di ciascuna pagnottina con un coltello affilato.
8. Cuocere in forno caldo per circa 25 minuti (200°C) fino a che risulteranno dorate.
9. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare le mantovanine su una gratella prima di servire o conservare (vedere consiglio).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Nel caso venga utilizzato il lievito madre si devono considerare tempi di lievitazione più lunghi (almeno il doppio) rispetto alla lievitazione tradizionale con il lievito di birra.
- Queste pagnottine per la tavola di tutti i giorni sono un classico di alcune zone del nord Italia.
- Ottime anche tagliate a metà e farcite con salumi o confetture per la merenda di bambini e ragazzi.
- Le mantovanine si conservano molto bene all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di mettere in tavola, a piacere, riscaldare in forno caldo in modo che riacquistino la croccantezza.
- Congelare il pane riponendolo all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di servire, scongelarli e riporli in forno caldo per fargli riacquistare la loro fragranza.

45 min

2 h 45 min

8
8 pezzi

medio

Valori nutritivi per porzione:
992 kJ / 237 kcal / proteine 8 g / carboidrati 50 g / grassi 2 g

PANE NERO SICILIANO

INGREDIENTI

150 g di lievito madre
 o 10 g di lievito di birra fresco
280 g di acqua
1 cucchiaino di malto di orzo
 o di miele
500 g dì farina di semola di grano
 duro integrale
10 g di sale
2 cucchiai di semi di sesamo

UTENSILI UTILI

gratella
placca del forno o teglia
 (circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale il lievito madre, l'acqua e il malto, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina di semola e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola dando la forma di una palla, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino al raddoppio del volume (per almeno 6 ore circa, vedere consigli).
4. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro e dargli la forma di una pagnotta leggermente allungata. Cospargere il piano di lavoro con i semi di sesamo, capovolgere la pagnotta sopra i semi e premerla delicatamente in modo da farli aderire. Lasciare la pagnotta capovolta sui semi di sesamo, coprire con pellicola trasparente e fare lievitare nuovamente per almeno 2 ore.
5. Preriscaldare il forno a 250°C. Foderare la placca del forno con carta forno.
6. Togliere la pellicola trasparente, rivoltare la pagnotta e sistemarla sulla placca preparata, in modo tale che i semi di sesamo siano in superficie.
7. Cuocere in forno caldo per circa 15 minuti (250°C), poi abbassare la temperatura del forno a 200°C e proseguire la cottura per altri 20 minuti circa (200°C).
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consiglio).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina di semola o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec./ sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane tradizionale si usa servirlo condito con olio, origano, pomodori e altri ingredienti a piacere come formaggio primo sale, acciughe, tonno, ecc.
- Utilizzando il lievito di birra i tempi di lievitazione si abbreviano.
- Questo pane si conserva per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica. Prima di consumare, riscaldare il pane in forno caldo per fargli riacquistare la sua croccantezza.
- È possibile congelare la pagnotta, preferibilmente tagliandola a fette e riponendole all'interno di sacchetti per il congelamento. Prima di consumarlo, scongelare le fette e, a piacere, riscaldarle sopra una piastra o in forno caldo.

15 min

8 h 50 min

10
10 porzioni

facile

Valori nutritivi per porzione:
776 kJ / 183 kcal / proteine 6 g / carboidrati 40 g / grassi 1 g

PANE TOSCANO CON LIEVITO MADRE

INGREDIENTI
250 g di lievito madre
125 g di acqua
250 g di farina tipo 1 + q.b.
o di farina tipo 0 + q.b.

UTENSILI UTILI
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
gratella

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale il lievito madre e l'acqua, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Infarinare leggermente un foglio di carta forno, trasferire l'impasto sulla carta forno preparata, dare la forma di una pagnotta e avvolgerlo delicatamente nella carta senza stringere troppo. Posizionarlo sulla placca del forno e lasciare lievitare fino al raddoppio del volume (4-5 ore circa).
4. Preriscaldare il forno a 200°C.
5. Aprire la carta forno e cuocere in forno caldo per 30 minuti (200°C). Senza spegnere il forno togliere con attenzione la placca e posizionare direttamente la pagnotta sulla grata per altri 15 minuti (200°C) fino a che risulterà ben dorata.
6. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane ottimo per la tavola di tutti i giorni ha la caratteristica di essere completamente senza sale.
- Questo pane si conserva per 4-5 giorni all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica. Prima di consumare, a piacere riscaldare il pane in forno caldo per fargli riacquistare la sua croccantezza.
- È possibile congelare la pagnotta, preferibilmente tagliandola a fette e riponendole all'interno di sacchetti per il congelamento. Prima di consumarlo, scongelare le fette e, a piacere, riscaldarle sopra una piastra o in forno caldo.

10 min

5 h

6 porzioni

facile

Valori nutritivi per porzione:
971 kJ / 232 kcal / proteine 8 g / carboidrati 51 g / grassi 1 g

CIABATTINE VELOCI

INGREDIENTI
330 g di acqua
15 g di lievito di birra fresco
1 cucchiaino di malto di orzo o di miele
470 g di farina tipo 1 + q.b. o di farina tipo 00 + q.b.
30 g di fecola di patate
10 g di sale

UTENSILI UTILI
ciotola
pellicola trasparente
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
gratella

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale l'acqua, il lievito di birra e il malto, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina, la fecola di patate e il sale, impastare: **3 min./**. Risulterà un impasto piuttosto morbido e colloso.
3. Infarinare una ciotola e, aiutandosi con la spatola, trasferirvi l'impasto. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (circa 1 ora e 30 minuti).
4. Rivestire la placca del forno con carta forno e infarinarla. Rovesciare l'impasto sulla carta forno, spolverizzarlo con della farina, allargarlo delicatamente in un rettangolo da cui ricavare 3 filoni uguali, tirarli leggermente dalle estremità e tagliare ogni filone in 3 parti, ricavando le ciabattine. Distanziare le ciabattine e far riposare per 30 minuti circa.
5. Nel frattempo, preriscaldare il forno a 180°C.
6. Cuocere in forno caldo per circa 40 minuti (180°C) fino a che le ciabattine risulteranno dorate.
7. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consiglio).

CONSIGLI
- Queste ciabatte sono un classico pane italiano, ottime per la tavola di tutti i giorni.
- Si conservano molto bene all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di mettere in tavola, a piacere, riscaldare in forno caldo in modo che riacquistino la croccantezza.
- Congelare il pane riponendolo all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di servire, scongelare e riporre in forno caldo per far riacquistare loro la fragranza.

20 min
3 h 10 min
9 pezzi
facile
Valori nutritivi per porzione:
812 kJ / 194 kcal / proteine 6 g / carboidrati 44 g / grassi <1 g

ROSETTE

INGREDIENTI
240 g di acqua
1 cucchiaino di malto di orzo
o di miele
10 g di lievito di birra fresco
440 g di farina tipo 1
o di farina tipo 00
10 g di sale

UTENSILI UTILI
pellicola trasparente
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
utensile affetta mela
gratella

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale l'acqua, il malto di orzo e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2-3 ore circa).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro, dividerlo in 8 palline del peso di circa 80-90 g ciascuna e sistemarle ben distanziate sulla placca del forno preparata. Coprire con pellicola trasparente e lasciare riposare per circa 30 minuti.
5. Togliere la pellicola trasparente e, con l'apposito attrezzo o con un affettamele, creare la forma tipica delle rosette imprimendo bene sulla superficie dell'impasto, senza tagliare troppo. Far lievitare nuovamente per almeno 1 ora.
6. Preriscaldare il forno a 200°C.
7. Cuocere in forno caldo per circa 25 minuti (200°C) fino a che risulteranno dorate.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Ottime tagliate a metà e farcite con confetture o crema gianduia per la merenda di bambini e ragazzi.
- Conservare per 2-3 giorni le rosette in frigorifero all'interno di sacchetti in plastica per alimenti con chiusura ermetica. Prima di consumare, riscaldare il pane in forno caldo per fargli riacquistare la sua fragranza.
- Le rosette si possono congelare in sacchetti adatti al congelamento. Prima dell'utilizzo, scongelare il pane e riscaldarlo in forno caldo.

20 min

5 h 20 min

8 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
778 kJ / 186 kcal / proteine 6 g / carboidrati 42 g / grassi <1 g

FILONE DI SOLA SEMOLA

INGREDIENTI

270 g di acqua
1 cucchiaino di malto di orzo
o di miele
10 g di lievito di birra fresco
o 150 g di lievito madre
500 g di semola di grano duro
+ q.b.
1 cucchiaino colmo di sale

UTENSILI UTILI

placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
coltello affilato
carta forno
gratella

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il malto di orzo e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina di semola e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Infarinare leggermente un foglio di carta forno, trasferirvi l'impasto e dare la forma di un filone. Con un coltello affilato praticare 3 tagli obliqui in superficie e avvolgerlo delicatamente nella carta forno senza stringere troppo. Posizionare il pane sulla placca del forno e lasciare lievitare sino al raddoppio del volume (2 ore circa).
4. Preriscaldare il forno a 200°C.
5. Aprire la carta forno e cuocere il pane in forno caldo per 30 minuti (200°C), fino a che risulterà ben dorato.
6. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina di semola o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec./ sino ad ottenere un impasto elastico.
- Nel caso venga utilizzato il lievito madre si devono considerare tempi di lievitazione più lunghi (almeno il doppio) rispetto alla lievitazione tradizionale con il lievito di birra.
- Questo pane è ottimo per la tavola di tutti i giorni e si presta inoltre ad essere abbrustolito per realizzare bruschette o crostini.
- Il pane si conserva molto bene per 2-3 giorni all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica riposti in frigorifero. Prima di servire, a piacere, riscaldare il pane in forno caldo.
- Congelare il pane a fette all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di consumare, scongelare il pane e riscaldarlo in forno caldo o sopra una piastra.

10 min

2 h 50 min

8 porzioni

facile

Valori nutritivi per porzione:
895 kJ / 214 kcal / proteine 7 g / carboidrati 49 g / grassi <1 g

SPIANATA SARDA

INGREDIENTI
150 g di lievito madre
  o 10 g di lievito di birra fresco
270 g di acqua
500 g di semola di grano duro
10 g di sale

UTENSILI UTILI
canovaccio pulito
matterello
carta forno
placca del forno o teglia
  (circa 29x36 cm)
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale il lievito madre e l'acqua, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina di semola e il sale, impastare: **3 min./ꝟ.** Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola dando la forma di una palla, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino al raddoppio del volume (almeno 6 ore circa, vedere consigli).
4. Foderare la placca con carta forno e disporre sul piano di lavoro altri 5 fogli di carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro e dividerlo formando 6 palline del peso di circa 150 g ciascuna.
5. Con l'aiuto del matterello stendere ogni pallina in un disco (Ø 25 cm) e sistemarne uno sulla placca del forno e gli altri su ciascun foglio di carta forno. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente per almeno 30 minuti.
6. Preriscaldare il forno a 250°C.
7. Togliere la pellicola trasparente mano a mano che i dischi si infornano e cuocere in forno caldo per 10-12 minuti circa (250°C).
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e, mentre si cuociono le altre, tenere le spianate cotte in caldo coperte da un canovaccio (o sotto una campana di vetro).
9. Servire oppure far raffreddare e conservare (vedere consigli).

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina di semola o del'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./ꝟ** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Utilizzando il lievito di birra i tempi di lievitazione si abbreviano e si otterrà una spianata in meno.
- Se non si consumano subito, conservare le spianate all'interno di un sacchetto di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni e, prima di consumare, riscaldare in forno caldo per qualche minuto.
- È possibile congelare le spianate riponendole all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di servire, scongelare e riporle in forno caldo.

Valori nutritivi per porzione:
1184 kJ / 283 kcal / proteine 10 g / carboidrati 64 g / grassi <1 g

PANE AI CEREALI CON I SEMI

INGREDIENTI

280 g di acqua
1 cucchiaino di miele
10 g di lievito di birra fresco
500 g di farina multicereali
20 g di olio extravergine di oliva + q.b.
1 cucchiaino colmo di sale
1 cucchiaio di semi misti

UTENSILI UTILI

stampo a cassetta rettangolare (circa 25x11 cm)
pennello da cucina
gratella

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il miele e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina multicereali, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Ungere uno stampo da plum cake (25x11 cm circa) con olio extravergine di oliva.
4. Trasferire l'impasto nello stampo e livellarlo, spennellare la superficie con olio extravergine e cospargere con i semi. Lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (2 ore circa).
5. Preriscaldare il forno a 180°C.
6. Cuocere in forno caldo per 45 minuti (180°C).
7. Togliere con attenzione lo stampo dal forno e far raffreddare 10-15 minuti nello stampo, poi sformarlo e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina multicereali o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec. sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane è ottimo per la tavola di tutti i giorni e si abbina molto bene con formaggi o affettati.
- Conservare il pane in sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di servire, riscaldare il pane in forno caldo.
- Tagliare il pane a fette e conservarle in congelatore in sacchetti adatti al congelamento. Prima di consumare, scongelare le fette di pane e riscaldarlo in forno caldo o sopra una piastra.

10 min

3 h 10 min

8 porzioni

facile

Valori nutritivi per porzione:
1159 kJ / 277 kcal / proteine 9 g / carboidrati 45 g / grassi 8 g

PANINI ALL'OLIO

INGREDIENTI

300 g di acqua
10 g di lievito di birra fresco
550 g di farina tipo 1 + q.b.
o di farina tipo 00 + q.b.
70 g di olio extravergine di oliva
1 cucchiaino raso di sale

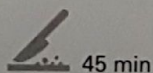
UTENSILI UTILI

gratella
pennello da cucina
matterello
carta forno
ciotola
pellicola trasparente
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, 50 g di olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (circa 2 ore).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro leggermente infarinato e dividerlo in 8 palline del peso di circa 100 g ciascuna.
5. Con il matterello stendere ogni pallina in un rettangolo (10x20 cm). Spennellare la superficie con l'olio extravergine rimasto, arrotolare dal lato corto e sistemare i panini sulla placca del forno preparata. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente per almeno per 1 ora circa.
6. Preriscaldare il forno a 200°C.
7. Togliere la pellicola trasparente e cuocere i panini in forno caldo per circa 20-25 minuti (200°C) fino a che risulteranno dorati.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare i panini su una gratella prima di servire o conservare (vedere consiglio).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questi panini risultano molto morbidi e sono adatti per la tavola di tutti i giorni o per essere farciti con salumi, confetture o crema gianduia per la merenda.
- Si conservano molto bene all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di mettere in tavola, a piacere, riscaldare in forno caldo in modo che riacquistino la croccantezza.
- Congelare i panini riponendoli all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di servire, scongelarli e riporli in forno caldo per far riacquistare la loro fragranza.

45 min
3 h 10 min
8 pezzi
facile
Valori nutritivi per porzione:
1322 kJ / 316 kcal / proteine 8 g / carboidrati 54 g / grassi 9 g

PANE DI SEGALE

INGREDIENTI

300 g di acqua
1 cucchiaino di malto di orzo o di miele
15 g di lievito di birra fresco
200 g di farina tipo 1 o di farina tipo 00
300 g di farina di segale
1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
1 cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI

stampo a cassetta rettangolare (circa 25x11 cm)
carta forno
gratella

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il malto di orzo e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, la farina di segale, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Foderare uno stampo da plum cake (25x11 cm circa) con carta forno. Trasferire l'impasto nello stampo preparato e livellarlo. Lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (2 ore circa).
4. Preriscaldare il forno a 180°C.
5. Cuocere in forno caldo per 45 minuti (180°C).
6. Togliere con attenzione lo stampo dal forno e far raffreddare 10-15 minuti nello stampo, poi sformarlo e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec.** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane si abbina molto bene con formaggi stagionati a pasta dura o semidura (Gorgonzola, Taleggio, pecorino, ecc.) o affettati.
- Conservare il pane in sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di servire, riscaldare il pane in forno caldo.
- Tagliare il pane a fette e conservare in congelatore in sacchetti adatti al congelamento. Prima di consumare, scongelare le fette di pane e riscaldarle in forno caldo o sopra una piastra.

10 min

3 h 20 min

8 porzioni

facile

Valori nutritivi per porzione:
929 kJ / 222 kcal / proteine 8 g / carboidrati 46 g / grassi 2 g

PANE CON FARINA DI MAIS

INGREDIENTI

300 g di acqua
1 cucchiaino di malto di orzo
o di miele
15 g di lievito di birra fresco
o 150 g di lievito madre
450 g di farina tipo 1 + q.b.
o di farina tipo 0 + q.b.
150 g di farina di mais
tipo fioretto + q.b.
20 g di olio extravergine di oliva
1 cucchiaino di sale

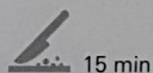
UTENSILI UTILI

gratella
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
pellicola trasparente
ciotola
coltello affilato

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il malto di orzo e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, la farina di mais, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Infarinare leggermente una ciotola capiente con farina bianca e trasferirvi l'impasto. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa, vedere consigli).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Dividere l'impasto lievitato in due parti uguali ricavando due pagnotte e sistemarle sulla placca. Spolverizzare il pane con farina di mais e con un coltello affilato praticare dei tagli incrociati sulla superficie.
5. Lasciare lievitare nuovamente fino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
6. Preriscaldare il forno a 180°C.
7. Cuocere in forno caldo per 40 minuti circa (180°C) fino a che le pagnotte risulteranno ben dorate.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare completamente su una gratella prima di consumare o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina bianca o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Nel caso venga utilizzato il lievito madre si devono considerare tempi di lievitazione più lunghi (circa il doppio) rispetto alla lievitazione tradizionale con il lievito di birra.
- Questo pane rappresenta un'ottima variante per il pane della tavola di tutti i giorni.
- Il pane si conserva molto bene per 2-3 giorni all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica riposti in frigorifero. Prima di servire, a piacere, riscaldare il pane in forno caldo.
- Congelare il pane a fette all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di consumare, scongelare le fette di pane e riscaldarlo in forno caldo o sopra una piastra.

 15 min

 5 h 5 min

10 porzioni

 facile

Valori nutritivi per porzione:
1012 kJ / 242 kcal / proteine 7 g / carboidrati 50 g / grassi 3 g

PANCARRÈ

INGREDIENTI

200 g di acqua
50 g di latte
1 cucchiaino di zucchero
1 cucchiaino di malto di orzo o di miele
10 g di lievito di birra fresco
500 g di farina tipo 1 o di farina tipo 00
50 g di olio extravergine di oliva + q.b.
1 cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI

gratella
ciotola
pellicola trasparente
stampo a cassetta rettangolare (circa 25x11 cm)
carta alluminio

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il latte, lo zucchero, il malto e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che il volume sarà raddoppiato (2 ore circa).
4. Ungere con olio extravergine di oliva uno stampo da plum cake (25x11 cm circa) e un foglio di alluminio della stessa lunghezza dello stampo nella parte che andrà a contatto con l'impasto.
5. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro, dare la forma di un filone della stessa lunghezza dello stampo, adagiare nello stampo preparato e livellarlo bene, coprire con il foglio di alluminio oliato fissandolo bene ai bordi dello stampo, lasciando uno spazio minimo (1-2 cm) per la lievitazione e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (circa 1-2 ore).
6. Preriscaldare il forno a 180°C.
7. Cuocere il pancarrè in forno caldo coperto con l'alluminio per 30 minuti (180°C), togliere il foglio di alluminio e proseguire la cottura 15 minuti (180°C) fino a che la superficie risulterà ben dorata.
8. Togliere con attenzione dal forno e far raffreddare il pane 10-15 minuti all'interno dello stampo.
9. Sformare il pancarrè e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec./ sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane è il classico pancarrè o pane in cassetta ottimo specialmente leggermente tostato per la prima colazione, spalmato con burro, confetture o per toast e tramezzini salati.
- Il pane si conserva per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica.
- È possibile congelare il pancarrè, preferibilmente tagliandolo a fette e riponendole all'interno di sacchetti per il congelamento. Prima di consumarlo, scongelare le fette.

 10 min

 5 h

10 porzioni

facile

Valori nutritivi per porzione:
954 kJ / 228 kcal / proteine 6 g / carboidrati 40 g / grassi 6 g

PANE ALLA BIRRA

INGREDIENTI

175 g di birra stout (scura) a temperatura ambiente
10 g di lievito di birra fresco o 150 g di lievito madre
350 g di farina tipo 1 o di farina tipo 0
1 cucchiaino di sale
1 cucchiaino di malto di orzo o di miele
1 cucchiaino di olio extravergine di oliva

UTENSILI UTILI

gratella
carta forno
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale la birra, il lievito di birra, la farina, il sale, il malto di orzo e l'olio extravergine di oliva, impastare: **3 min.**/spiga. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
2. Trasferire l'impasto in una ciotola capiente, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa, vedere consigli).
3. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sulla placca del forno preparata e dargli la forma di una pagnotta. Coprire la placca con la pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente fino al raddoppio del volume (2 ore circa).
4. Preriscaldare il forno a 200°C.
5. Togliere la pellicola trasparente e cuocere la pagnotta in forno caldo per 35-40 minuti circa (200°C) fino a che risulterà ben dorata.
6. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare il pane su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o della birra poco per volta e impastare: **30 sec.**/spiga sino ad ottenere un impasto elastico.
- Nel caso venga utilizzato il lievito madre si devono considerare tempi di lievitazione più lunghi (almeno il doppio) rispetto alla lievitazione tradizionale con il lievito di birra.
- Questo pane è ottimo per la tavola di tutti i giorni, si abbina specialmente a secondi piatti di carne, salumi e formaggi stagionati.
- Questo pane si conserva per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica. Prima di consumare, riscaldare il pane in forno caldo per fargli riacquistare la sua croccantezza.
- È possibile congelare la pagnotta, preferibilmente tagliandola a fette e riponendole all'interno di sacchetti per il congelamento. Prima di consumarlo, scongelare le fette e, a piacere, riscaldarle sopra una piastra o in forno caldo.

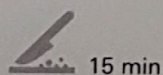
10 min
4 h 55 min
6 porzioni
facile
Valori nutritivi per porzione:
929 kJ / 222 kcal / proteine 7 g / carboidrati 47 g / grassi 1 g

PANINI AL LATTE

INGREDIENTI
270 g di latte
1 cucchiaino di zucchero
10 g di lievito di birra fresco
500 g di farina tipo 1
o di farina tipo 00
10 g di olio extravergine di oliva
1 cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI
gratella
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale il latte, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro e formare 10 palline del peso di circa 80 g ciascuna. Dare alle palline una forma leggermente allungata e disporle ben distanziate sulla placca del forno preparata. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente fino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
5. Preriscaldare il forno a 200°C.
6. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per 25 minuti circa (200°C) fino a che i panini risulteranno ben dorati.
7. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consiglio).

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o del latte poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questi morbidi panini sono ideali da farcire per la merenda dei bambini o per un pic nic.
- Si possono conservare per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica. Prima di utilizzarli, riscaldare il pane in forno caldo per far riacquistare loro la fragranza.
- Per utilizzi successivi, è possibile congelare i panini riponendoli all'interno di sacchetti adatti al congelamento e, prima di utilizzarli, scongelare completamente.

15 min
4 h 50 min
10 pezzi
facile
Valori nutritivi per porzione:
820 kJ / 196 kcal / proteine 7 g / carboidrati 40 g / grassi 2 g

PAN BRIOCHE INTEGRALE

INGREDIENTI

Prefermento

100 g di farina integrale, preferibilmente biologica
80 g di acqua
1 g di lievito di birra disidratato (1 punta di cucchiaino)

Impasto

5 g di lecitina di soia
100 g di bevanda a base di soia
300 g di farina integrale, preferibilmente biologica + q.b.
70 g di zucchero
35 g di burro a pezzi
35 g di olio di arachidi
1 pizzico di sale

UTENSILI UTILI

gratella
stampo da plum cake (22 cm)
ciotola capiente
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE

Prefermento

1. Mettere nel boccale la farina integrale, l'acqua e il lievito, sciogliere: **30 sec./37°C/vel. 4**. Trasferire il prefermento in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e tenere in un luogo buio a una temperatura di 22°C-23°C finché non compariranno molte bolle in superficie (6-8 ore circa).

Impasto

2. Mettere nel boccale pulito la lecitina di soia, la bevanda a base di soia e mescolare: **15 sec./37°C/vel. 4**.
3. Aggiungere il prefermento, la farina integrale, lo zucchero, il burro, l'olio di arachidi e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli). Trasferire l'impasto ottenuto in una ciotola capiente, coprire con pellicola trasparente e riporre in frigorifero per 8-10 ore (vedere consigli).
4. Riprendere l'impasto, trasferirlo sul piano da lavoro leggermente infarinato e lavorarlo brevemente. Sistemare l'impasto all'interno di uno stampo da plum cake (22 cm), coprire con pellicola trasparente e lasciare riposare finché il volume non risulterà raddoppiato (circa 2-3 ore)
5. Preriscaldare il forno a 180°C.
6. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per 25-30 minuti (180°C) o finché il colore in superficie non risulterà dorato.
7. Togliere con attenzione dal forno e far raffreddare il pan brioche all'interno dello stampo per 10-15 minuti. Sformare e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina integrale o della bevanda a base di soia poco per volta e impastare: 30 sec./ sino ad ottenere un impasto elastico.
- Si consiglia di riporre l'impasto in frigorifero la notte prima di cuocere il pan brioche.
- Tagliare a fette il pan brioche solo dopo che risulterà completamente freddo.
- Questo pane è ottimo per la prima colazione, spalmato con confetture, marmellate o miele.
- Questo pane si conserva per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica.
- È possibile congelare il pan brioche, preferibilmente tagliandolo a fette e riponendole all'interno di sacchetti per il congelamento. Prima di consumarlo, scongelare le fette.

10 min

21 h 45 min

12 porzioni

medio

Valori nutritivi per porzione:
753 kJ / 180 kcal / proteine 4 g / carboidrati 29 g / grassi 6 g

BOTTONCINI AL LATTE SEMIDOLCI

INGREDIENTI

200 g di latte + q.b.
50 g di zucchero
10 g di lievito di birra fresco
400 g di farina tipo 1
o di farina tipo 00
40 g di burro a pezzi
1 cucchiaino di sale
1 tuorlo

UTENSILI UTILI

gratella
pennello da cucina
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
pellicola trasparente
ciotola

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale il latte, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina, il burro e il sale, impastare: **2 min. 30 sec./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro, formare delle palline del peso di circa 30 g ciascuna (si otterranno circa 23 palline) e disporle ben distanziate sulla placca del forno preparata.
5. In una ciotolina sbattere leggermente il tuorlo con 1 cucchiaio di latte e spennellare la superficie dei panini. Lasciare lievitare nuovamente fino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
6. Preriscaldare il forno a 200°C.
7. Cuocere in forno caldo per 15-20 minuti circa (200°C) fino a che i panini risulteranno ben dorati.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consiglio).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o del latte poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questi panini sono molto morbidi e sono ideali per la merenda dei bambini o come piccoli canapè da aperitivo.
- Si possono conservare per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica. Prima di utilizzarli, riscaldare il pane in forno caldo per far riacquistare loro la fragranza.
- Per utilizzi successivi, è possibile congelare i bottoncini riponendoli all'interno di sacchetti adatti al congelamento e, prima di utilizzarli, scongelare e riporli in forno caldo.

45 min

5 h 10 min

23
23 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
376 kJ / 90 kcal / proteine 3 g / carboidrati 16 g / grassi 2 g

PAN BRIOCHE ALLO YOGURT

INGREDIENTI
130 g di latte
110 g di yogurt naturale non dolcificato
50 g di miele
20 g di lievito di birra fresco
250 g di farina tipo manitoba
280 g di farina tipo 00 + q.b.
20 g di olio extravergine di oliva + q.b.
2 uova medie
1 pizzico di sale

UTENSILI UTILI
gratella
ciotola
pellicola trasparente
stampo a cassetta rettangolare (circa 25x11 cm)
carta alluminio

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale il latte, lo yogurt, il miele e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 3.**
2. Aggiungere la farina manitoba, la farina 00, l'olio extravergine di oliva, le uova e il sale, impastare: **3 min./**. Nel frattempo, infarinare una ciotola capiente. Al termine della manovra si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto nella ciotola preparata, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
4. Ungere uno stampo da plum cake (25x11 cm circa) con un filo di olio extravergine di oliva.
5. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro e dividerlo in tre parti uguali. Allungare ciascuna parte formando dei filoncini e intrecciarli saldando le estremità. Adagiare la treccia nello stampo preparato e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (circa 2 ore).
6. Preriscaldare il forno a 180°C.
7. Cuocere in forno caldo per 45 minuti circa (180°C) fino a che la superficie risulterà ben dorata. Qualora durante la cottura, la superficie si dovesse scurire troppo, coprire il pane con un foglio di alluminio fino al termine della cottura.
8. Togliere con attenzione lo stampo dal forno e far raffreddare il pan brioche 10-15 minuti all'interno dello stampo, poi sformarlo e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina 00 o del latte poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane sofficissimo è ottimo per la prima colazione, spalmato con confetture, crema gianduia o miele.
- Questo pane si conserva per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica.
- È possibile congelare il pan brioche, preferibilmente tagliandolo a fette e riponendole all'interno di sacchetti per il congelamento. Prima di consumarlo, scongelare le fette.

Valori nutritivi per porzione:
1058 kJ / 253 kcal / proteine 9 g / carboidrati 46 g / grassi 5 g

CORONA BORDOLESE

INGREDIENTI

10 g di lievito di birra fresco
o 150 g di lievito madre
300 g di acqua
1 cucchiaino di malto di orzo
o di miele
350 g di farina tipo 1
o di farina tipo 0
150 g di farina di semola di grano
duro + q.b.
10 g di sale
1 cucchiaio di olio extravergine
di oliva

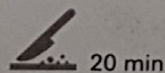
UTENSILI UTILI

gratella
coltello affilato
matterello
ciotola
pellicola trasparente
stampo per ciambella (Ø 26 cm)

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale il lievito di birra, l'acqua e il malto, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, la farina di semola e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola e compattarlo dandogli la forma di una palla, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che il volume sarà raddoppiato (almeno 2 ore).
4. Ungere leggermente uno stampo a ciambella (Ø 26 cm) con un filo di olio extravergine di oliva. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro infarinato con farina di semola e dividerlo in 8 palline del peso di circa 100 g. Stendere con il matterello una pallina in un disco (Ø 18-20 cm), posizionare il disco sul cono centrale dello stampo (che corrisponde al buco) facendolo aderire al cono e sistemare le altre 7 palline intorno nello stampo. Con un coltello affilato tagliare, partendo dal centro del disco, 8 spicchi e ripiegarli sulle palline. Lasciare lievitare nuovamente fino al raddoppio del volume (almeno 1-2 ore).
5. Preriscaldare il forno a 220°C.
6. Cuocere in forno caldo per circa 15 minuti (220°C), poi abbassare la temperatura del forno a 200°C e proseguire la cottura per ulteriori 30-35 minuti circa (200°C).
7. Togliere con attenzione lo stampo dal forno, sformare e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consiglio).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina di semola o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane ottimo per la tavola di tutti i giorni ed è ideale per la colazione o la merenda poiché si abbina molto bene a marmellate, confetture, o anche con salumi e formaggi.
- Nel caso venga utilizzato il lievito madre si devono considerare tempi di lievitazione più lunghi (almeno il doppio) rispetto alla lievitazione tradizionale con il lievito di birra.
- Questo pane si conserva per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica. Prima di consumare, riscaldare il pane in forno caldo per fargli riacquistare la sua croccantezza.
- È possibile congelare la corona, preferibilmente tagliandola a fette e riponendole all'interno di sacchetti per il congelamento. Prima di consumarlo, scongelare le fette e, a piacere, riscaldarle sopra una piastra o in forno caldo.

20 min
5 h 20 min
12 porzioni
facile
Valori nutritivi per porzione:
661 kJ / 158 kcal / proteine 5 g / carboidrati 34 g / grassi 1 g

BURGER BUNS

INGREDIENTI

280 g di latte intero + q.b.
40 g di zucchero
15 g di lievito di birra fresco
o 150 g di lievito madre
300 g di farina tipo 00
200 g di farina tipo manitoba
20 g di olio extravergine di oliva
10 g di sale
1 tuorlo
1 cucchiaio di semi di sesamo

UTENSILI UTILI

pellicola trasparente
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
pennello da cucina
ciotola
gratella

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale il latte, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina 00, la farina tipo manitoba, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa, vedere consigli).
4. Foderare la placca con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro, formare 8 palline del peso di circa 100 g ciascuna e disporle ben distanziate sulla placca del forno preparata.
5. In una ciotolina, sbattere leggermente il tuorlo con 1 cucchiaio di latte e spennellare la superficie dei panini. Cospargere la superficie dei panini con i semi di sesamo e lasciare lievitare nuovamente fino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
6. Preriscaldare il forno a 180°C.
7. Cuocere i panini in forno caldo per 20 minuti circa (180°C) fino a che risulteranno ben dorati.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella.
9. Tagliare a metà e farcire a piacere o conservare per un utilizzo successivo (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina 00 o del latte poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Nel caso venga utilizzato il lievito madre si devono considerare dei tempi di lievitazione più lunghi (circa il doppio) rispetto alla lievitazione tradizionale con il lievito di birra.
- Farcire a piacere il panino con il classico hamburger di carne, insalata, formaggio, pomodori e salse varie, oppure realizzare una versione vegetariana con hamburger di soia e verdure grigliate.
- I panini cotti si conservano perfettamente in sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima dell'utilizzo, riscaldarli in forno affinché riacquistino la loro fragranza.
- I panini possono anche essere congelati da cotti. In questo caso, scongelarli prima dell'utilizzo e riscaldarli al forno.

VARIANTI

- I semi di sesamo possono essere sostituiti da semi di papavero, semi di zucca o altri a piacere.

15 min

4 h 40 min

8 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
1255 kJ / 300 kcal / proteine 9 g / carboidrati 56 g / grassi 6 g

PANE AZZIMO

INGREDIENTI

300 g di farina tipo 0
150 g di farina integrale
220 g di acqua
1 cucchiaino di sale
25 g di olio extravergine di oliva + q.b.

UTENSILI UTILI

pellicola trasparente
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
matterello
forchetta
pennello da cucina

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale la farina 0, la farina integrale, l'acqua, il sale e l'olio extravergine di oliva, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
2. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro e compattarlo con le mani sino ad ottenere un panetto omogeneo. Avvolgere l'impasto nella pellicola trasparente e lasciare riposare a temperatura ambiente per 1 ora.
3. Preriscaldare il forno a 200°C. Foderare la placca del forno con carta forno e tenere da parte.
4. Togliere l'impasto dalla pellicola trasparente e, sul piano di lavoro, formare 8 palline dal peso di circa 100 g ciascuna. Con il matterello stendere ogni pallina in strisce ovali alte circa 1 cm.
5. Spennellare la superficie del pane con un po' di olio extravergine di oliva e bucherellare con i rebbi di una forchetta.
6. Cuocere in forno caldo per circa 15 minuti (200°C) fino a che la superficie sarà dorata.
7. Togliere con attenzione la teglia dal forno e servire subito.

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina 0 o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Il pane azzimo, senza lievito, è ottimo per la tavola di tutti i giorni, per chi ha intolleranze o allergie al lievito di birra e risulta molto digeribile.
- È preferibile consumare questo pane subito poiché, raffreddandosi, tenderà ad indurire.

30 min

1 h 45 min

8 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
987 kJ / 236 kcal / proteine 7 g / carboidrati 41 g / grassi 6 g

PITA

INGREDIENTI

260 g di acqua
1 cucchiaino di miele
10 g di lievito di birra fresco
400 g di farina tipo 00 + q.b.
100 g di farina tipo manitoba
10 g di olio extravergine di oliva
10 g di sale

UTENSILI UTILI

pellicola trasparente
ciotola
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
matterello
canovaccio pulito

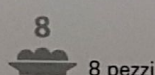
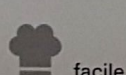
PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il miele e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina 00, la farina tipo manitoba, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Infarinare leggermente una ciotola capiente e trasferirvi l'impasto. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
4. Foderare la placca con carta forno e disporre sul piano di lavoro altri fogli di carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro e formare 8 palline del peso di circa 100 g ciascuna.
5. Con l'aiuto del matterello stendere ogni pallina in un disco (Ø 20 cm) e sistemarne uno sulla placca e i successivi sopra gli altri fogli di carta forno. Lasciare lievitare nuovamente per almeno 1 ora circa.
6. Preriscaldare il forno a 220°C.
7. Cuocere una pita per volta in forno caldo per 7-8 minuti circa (220°C). Controllare la cottura perché il pane non si deve colorire troppo in superficie.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e cuocere le altre pita una per volta. Nel frattempo, mentre si cuociono le altre, tenere le pita cotte in caldo coperte da un canovaccio (o sotto una campana di vetro).
9. Servire oppure far raffreddare e conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina 00 o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Se non si consumano subito, conservare le pita all'interno di un sacchetto di plastica per alimenti con chiusura ermetica per al massimo 2 giorni e, prima di utilizzarla, riscaldare in forno caldo per qualche minuto.
- È possibile congelare la pita riponendola all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di servire, scongelare il pane e riporlo in forno caldo.

45 min

4 h

8 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
992 kJ / 237 kcal / proteine 7 g / carboidrati 51 g / grassi 2 g

CHEESE NAAN

INGREDIENTI

110 g di yogurt naturale bianco non dolcificato
40 g di acqua
10 g di lievito di birra fresco
300 g di farina tipo 00
30 g di olio extravergine di oliva
½ cucchiaino di sale
200 g di formaggio fresco spalmabile

UTENSILI UTILI

pellicola trasparente
ciotola
matterello
padella antiaderente

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale lo yogurt, l'acqua e il lievito di birra, sciogliere: **2 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina 00, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria finché raddoppierà di volume (1-2 ore circa).
4. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro e formare 5 palline del peso di circa 100 g ciascuna.
5. Con l'aiuto del matterello stendere ogni pallina in un disco (circa Ø 25-30 cm). Partendo dal centro, stendere su ciascun disco una cucchiaiata di formaggio, lasciando libero qualche centimetro dai bordi.
6. Ripiegare i bordi sul ripieno in modo da coprire tutto il formaggio (oppure ripiegare a mezzaluna sigillando bene i bordi). Passare delicatamente il matterello per allargare leggermente il disco e per far aderire i bordi, facendo attenzione a non rompere la pasta e far fuoriuscire il formaggio.
7. Scaldare una padella antiaderente e cuocere a fuoco medio i cheese naan uno alla volta per circa 2 minuti per parte sino a quando saranno coloriti.
8. Servire tiepidi.

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Si accompagna a piatti della cucina indiana come pollo al curry, tikka masala o tandoori.

 1 h

 3 h 5 min

 5 pezzi

 medio

Valori nutritivi per porzione:
1674 kJ / 400 kcal / proteine 11 g / carboidrati 47 g / grassi 20 g

PANI CREATIVI E AROMATIZZATI

TRECCIA DI GRANO DURO ALLA SALVIA

INGREDIENTI

8 foglie di salvia fresca, lavate ed asciugate
170 g di yogurt naturale bianco non dolcificato
90 g di acqua
20 g di miele
10 g di lievito di birra fresco
300 g di semola di grano duro
200 g di farina tipo 0
20 g di olio extravergine di oliva + q.b.
1 cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI

ciotola
pellicola trasparente
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
gratella

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale la salvia e tritare: **3 sec./vel. 7**. Riunire sul fondo con la spatola.
2. Unire lo yogurt, l'acqua, il miele e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
3. Aggiungere la farina di semola, la farina 0, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Ungere leggermente una ciotola capiente con un filo di olio extravergine di oliva. Trasferire l'impasto nella ciotola preparata, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
5. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro, dividerlo in tre parti uguali (o in quattro parti per realizzare una treccia a 4 capi, vedere consigli), formare dei cordoncini e intrecciarli saldando le estremità. Trasferire la treccia sulla placca da forno preparata, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente per almeno 2 ore circa.
6. Preriscaldare il forno a 220°C.
7. Togliere la pellicola trasparente e cuocere la treccia in forno caldo per 30-35 minuti circa (220°C) fino a che risulterà ben dorata.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di consumare o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina di semola o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec./ sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane si abbina con formaggi teneri, insalate e verdure fresche.
- Se si vuole realizzare una treccia a 4 capi, al passaggio 5, dividere l'impasto in 4 cordoncini uguali lunghi circa 40 cm. Stenderli verticalmente sul piano di lavoro e sigillare da un lato le estremità. Fare passare il primo cordoncino di sinistra sotto i due centrali e incrociarlo sopra all'ultimo cui è passato sotto. Passare il cordoncino di destra sotto i due centrali e sopra l'ultimo cui è passato sotto. Ripetere l'operazione per ottenere una treccia, non stringendo troppo per dare modo all'impasto di lievitare, al termine saldare anche l'altra estremità.
- Conservare il pane in sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica, in frigorifero per 2-3 giorni. Prima di utilizzarlo, riscaldare il pane in forno caldo.
- Se si desidera congelare il pane, sarebbe preferibile tagliarlo a fette e sistemarle in sacchetti adatti al congelamento. Prima dell'utilizzo, scongelare il pane e riscaldarlo in forno caldo o su una piastra.

 30 min

 5 h

8 porzioni

 facile

Valori nutritivi per porzione:
1159 kJ / 279 kcal / proteine 8 g / carboidrati 51 g / grassi 6 g

PICCOLI FILONI ALLE OLIVE VERDI

INGREDIENTI

40 g di olio extravergine di oliva + q.b.
320 g di acqua fredda
10 g di lievito di birra fresco
1 cucchiaino di zucchero
300 g di farina manitoba
100 g di farina bianca tipo 0 + q.b.
10 g di sale
300 g di olive verdi denocciolate

UTENSILI UTILI

ciotola
pellicola trasparente
teglie da forno
carta forno
gratella
spatola di acciaio o coltello

PREPARAZIONE

1. Ungere con poco olio una ciotola capiente e mettere da parte.
2. Mettere nel boccale 100 g di acqua, il lievito e lo zucchero, sciogliere: **1 min./37°C/vel. 2.**
3. Aggiungere la farina manitoba, la farina 0, il sale, 100 g di acqua e impastare: **2 min./**. Togliere il misurino e impastare ancora: **2 min./** aggiungendo poco per volta dal foro del coperchio 120 g di acqua fredda e 40 g di olio extravergine di oliva.
4. Unire le olive e impastare: **2 min./**. Trasferire l'impasto nella ciotola preparata in precedenza, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare al riparo da correnti d'aria fino a che non raddoppierà di volume (circa 1 ora).
5. Foderare 2 teglie da forno con carta forno.
6. Spolverizzare con abbondante farina 0 il piano di lavoro. Trasferirvi delicatamente l'impasto lievitato (l'impasto risulterà molto morbido).
7. Piegare l'impasto e formare un rettangolo (foto 1). Ricavare 10 strisce con l'aiuto di una spatola in acciaio (o un coltello) tagliando il rettangolo dal lato lungo (foto 2).
8. Allungare le strisce con le mani fino a raggiungere una lunghezza di 15-20 cm (foto 3), arrotolandole leggermente e sistemarle sulle teglie distanziandole di 3-4 cm (foto 4). Lasciare lievitare per 30 minuti.
9. Nel frattempo, preriscaldare il forno a 220°C.
10. Cuocere i piccoli filoni in forno caldo per 15-20 minuti (220°C) o fino al raggiungimento di un colore dorato in superficie.
11. Togliere con attenzione le teglie dal forno. Lasciare raffreddare su una gratella prima di servire.

CONSIGLI

- È possibile congelare i filoni una volta cotti. In questo caso, attendere che si raffreddino, sistemarli in sacchetti adatti al congelamento e riporli in congelatore.
- Per un colore uniformemente dorato, spennellare con olio extravergine di oliva al passaggio 8.

VARIANTI

- A piacere, sostituire le olive verdi con olive nere, pomodori secchi sott'olio o cipolle

30 min

2 h 30 min

10 pezzi

medio

Valori nutritivi per porzione:
975 kJ / 233 kcal / proteine 5 g / carboidrati 33 g / grassi 10 g

PANINI AL CURRY E RICOTTA

INGREDIENTI
250 g di latte
5 g di lievito di birra fresco
1 cucchiaino colmo di curry in polvere
500 g di farina tipo 00 + q.b.
80 g di ricotta
50 g di burro a pezzi (2-3 cm)
10 g di sale

UTENSILI UTILI
ciotola
canovaccio pulito
coltello a lama liscia
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale il latte e il lievito di birra, sciogliere: **1 min./37°C/vel. 2**.
2. Unire il curry e la farina, impastare: **1 min./**.
3. In una ciotola ammorbidire la ricotta e aggiungerla nel boccale con il burro e il sale, impastare: **2 min./**. Trasferire l'impasto sul piano da lavoro infarinato.
4. Rivestire la placca da forno con carta forno e spolverizzarla con della farina. Ricavare dall'impasto 8 pezzi dello stesso peso (foto 1), formare 8 palline e sistemarle distanziate tra loro sulla placca del forno preparata (foto 2). Con un coltello a lama liscia effettuare due tagli paralleli sulla superficie del panino (foto 3), spolverizzare con altra farina, ricoprire con un canovaccio pulito e riporre in forno spento a lievitare fino al raddoppio del volume (1 ora e 30 minuti circa).
5. Togliere dal forno la placca con i panini, preriscaldare il forno a 180°C e lasciare lievitare altri 30 minuti fuori dal forno senza canovaccio.
6. Cuocere i panini in forno caldo per 15-20 minuti (180°C) o sino alla doratura desiderata.
7. Togliere con attenzione la placca dal forno, lasciare raffreddare e consumare a piacere o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI
- Se si desidera diminuire il tempo di lievitazione utilizzare 10 g di lievito di birra fresco e lasciare lievitare 1 ora.
- Consigliati con hamburger di pollo e salsa ketchup o con salumi come prosciutto crudo e cotto insieme a formaggi spalmabili leggeri.
- Sistemare i panini in un sacchetto di carta per alimenti e conservare in frigorifero per 2 o 3 giorni oppure metterli in un sacchetto adatto al congelamento e riporli in congelatore per 30-40 giorni. Prima di consumarli, scongelare i panini e riscaldarli in forno caldo.

10 min

2 h 35 min

8 porzioni

facile

Valori nutritivi per porzione:
1272 kJ / 304 kcal / proteine 9 g / carboidrati 52 g / grassi 8 g

CRESCIA AL FORMAGGIO

INGREDIENTI
300 g di farina bianca tipo 00 + q.b.
200 g di farina manitoba
150 g di pecorino Romano grattugiato
100 g di Parmigiano reggiano grattugiato
20 g di lievito di birra fresco
100 g di acqua
5 g di zucchero
6 uova
50 g di olio extravergine di oliva
5 g di sale
2 g di pepe in polvere (la punta di coltello)
50 g di strutto in pezzetti
100 g di Emmental a bastoncini (10x1 cm)

UTENSILI UTILI
ciotola
canovaccio pulito
stampo per panettone
carta alluminio
pennello da cucina
gratella

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale 200 g di farina 00, la farina manitoba, il pecorino Romano grattugiato, il Parmigiano reggiano grattugiato, frullare: **10 sec./vel. 6**. Trasferire il mix di polveri in una ciotola e tenere da parte.
2. Senza lavare il boccale mettere il lievito di birra sbriciolato, l'acqua, lo zucchero e la restante farina 00, mescolare: **1 min./37°C/vel. 2**. Lasciare riposare all'interno del boccale per 30 minuti.
3. Unire al contenuto del boccale il mix di polveri, 5 uova, l'olio extravergine di oliva, il sale e il pepe, impastare: **1 min./🌾**.
4. Aggiungere lo strutto in pezzetti, impastare: **3 min./🌾**, aggiungendo dal foro del coperchio 2 cucchiai di farina 00.
5. Togliere l'impasto dal boccale. Sul piano di lavoro infarinato, senza lavorarlo troppo, compattare l'impasto con le mani e formare una palla (foto 1). Adagiare la palla in uno stampo di carta per panettone e inserire i rettangoli di Emmental lasciandoli fuoriuscire leggermente (foto 2).
   Coprire con un canovaccio pulito e far lievitare in un luogo riparato a temperatura costante (circa 27°C) sino a che il volume sarà raddoppiato (2 ore circa).
6. Nel frattempo, preriscaldare il forno a 150°C.
7. In una ciotolina sbattere leggermente l'uovo rimasto e spennellare la superficie della crescia (foto 3). Cuocere in forno caldo per 30 minuti (150°C). Aumentare la temperatura del forno a 190°C. Togliere la crescia dal forno e coprire la superficie con carta alluminio (foto 4), riporla in forno e proseguire la cottura per altri 20 minuti (190°C). Controllare la cottura con uno spiedino di legno. Se dovesse risultare ancora umido all'interno, continuare la cottura per altri 5 minuti (190°C).
8. Togliere con attenzione lo stampo dal forno e lasciare raffreddare completamente su una gratella prima di togliere la carta.
9. Servire a fette accompagnando a piacere con salumi, verdure, formaggi e olive.

CONSIGLI
- Per una cottura più omogenea, prima di infornare la preparazione, versare un bicchiere di acqua in forno caldo al fine di formare del vapore.

 10 min

 3 h 10 min

 1 ricetta completa

 medio

 Valori nutritivi per porzione: 1556 kJ / 372 kcal / proteine 17 g / carboidrati 34 g / grassi 20 g

PAN DI CASTAGNE IN TRECCIA CON NOCI, MANDORLE E NOCCIOLE

INGREDIENTI

Impasto
300 g di acqua
20 g di lievito di birra fresco
400 g di farina bianca tipo 0 + q.b.
100 g di farina di castagne
10 g di olio extravergine di oliva
1 - 1½ cucchiaino di sale (a piacere)

Ripieno
70 g di gherigli di noci
70 g di mandorle pelate
70 g di nocciole spellate

UTENSILI UTILI

pellicola trasparente
gratella
matterello
teglia da forno
ciotola
carta forno

PREPARAZIONE

Impasto

1. Mettere nel boccale l'acqua e il lievito sbriciolato, sciogliere: **1 min./37°C/vel. 1**.
2. Aggiungere la farina, la farina di castagne, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **2 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola capiente, coprire con la pellicola trasparente e lasciare lievitare a temperatura ambiente (21-24°C) fino a che l'impasto non risulterà raddoppiato (circa 1 ora).
4. Foderare una teglia con carta forno e mettere da parte.

Ripieno

5. Nel boccale pulito e asciutto mettere i gherigli di noci, tritare: **5 sec./vel. 6**. Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
6. Mettere le mandorle nel boccale, tritare: **5 sec./vel. 6**. Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
7. Mettere nel boccale le nocciole, tritare: **5 sec./vel. 6**. Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
8. Sul piano da lavoro infarinato stendere l'impasto con il matterello formando un rettangolo. Dividere il rettangolo in 3 parti uguali e distribuire in maniera uniforme il trito di noci su una striscia, il trito di mandorle su un'altra striscia e le nocciole nella striscia rimasta. Chiudere le sfoglie delicatamente formando tre cilindri e annodarli tra loro formando una treccia saldando le estremità. Adagiare la treccia sulla teglia preparata in precedenza, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare per altri 30 minuti.
9. Nel frattempo, preriscaldare il forno a 180°C.
10. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per circa 30-40 minuti (180°C).
11. Togliere con attenzione la teglia dal forno e lasciare raffreddare su una gratella prima di servire.

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina 0 o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./**, sino ad ottenere un impasto elastico.
- Se la temperatura di lievitazione dovesse risultare più bassa di quella indicata, si consiglia di posizionare l'impasto in forno acceso al minimo.
- Spennellare la superficie con olio extravergine di oliva per un colore più dorato.

 15 min

 2 h 30 min

 6 porzioni

 medio

 Valori nutritivi per porzione: 2259 kJ / 540 kcal / proteine 15 g / carboidrati 68 g / grassi 25 g

VARIANTI

- Per un impasto più rustico, sostituire la farina di tipo 0 con la farina di tipo 1.

FILONCINI ALLA CIPOLLA

INGREDIENTI

180 g di cipolle rosse a fettine (0,5 cm)
30 g di olio extravergine di oliva
½ cucchiaino di zucchero di canna
230 g di acqua
1 cucchiaino di miele
10 g di lievito di birra fresco
500 g di farina tipo 1 + q.b. o di farina tipo 00 + q.b.
10 g di sale

UTENSILI UTILI

pellicola trasparente
ciotola
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
gratella

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale le cipolle, 10 g di olio extravergine di oliva e lo zucchero di canna, insaporire: **5 min./120°C/↺/vel. 🥄**. Trasferire in una ciotola e mettere da parte.
2. Mettere nel boccale l'acqua, il miele e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
3. Aggiungere la farina, 20 g di olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **2 min. 30 sec./🌾**.
4. Unire le cipolle cotte e impastare ancora: **30 sec./🌾**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
5. Infarinare leggermente una ciotola capiente e trasferirvi l'impasto. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino al raddoppio del volume (circa 2 ore).
6. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro infarinato e, maneggiando delicatamente l'impasto per evitare di sgonfiarlo troppo, dividerlo in 10 filoncini del peso di circa 90-100 g ciascuno. Sistemare i filoncini sulla placca del forno preparata, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente per almeno per 1 ora circa.
7. Preriscaldare il forno a 180°C.
8. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per circa 20-25 minuti (180°C) fino a che risulteranno dorati.
9. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare i filoncini su una gratella prima di servire o conservare (vedere consiglio).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec./🌾 sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questi filoncini risultano morbidi e sono adatti per accompagnare dei formaggi.
- Si conservano molto bene all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di mettere in tavola, a piacere, riscaldare in forno caldo in modo che riacquistino la croccantezza.
- Congelare il pane riponendolo all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di servire, scongelarli e riporli in forno caldo per far riacquistare la loro fragranza.

VARIANTI

- In occasione di feste, buffet o cene in piedi è possibile realizzare panini rotondi di piccole dimensioni, diminuendo leggermente i tempi di cottura.

20 min

3 h 50 min

10 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
878 kJ / 210 kcal / proteine 6 g / carboidrati 40 g / grassi 4 g

PAGNOTTA AL ROSMARINO

INGREDIENTI

2 rametti di rosmarino fresco, gli aghi lavati ed asciugati
250 g di acqua
10 g di lievito di birra fresco o 150 g di lievito madre
1 cucchiaino di zucchero
500 g di farina tipo 1 o di farina tipo 0
10 g di sale
30 g di olio extravergine di oliva

UTENSILI UTILI

gratella
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE

1. Mettere gli aghi di rosmarino nel boccale e tritare: **5 sec./vel. 7.** Trasferire in una ciotola e mettere da parte.
2. Mettere nel boccale l'acqua, il lievito di birra e lo zucchero, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
3. Aggiungere la farina, il sale, l'olio extravergine di oliva e il rosmarino tritato, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (circa 2 ore, vedere consigli).
5. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro, lavorarlo delicatamente senza sgonfiarlo troppo, dare la forma di una pagnotta tonda e sistemarla sulla placca preparata. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente 30 minuti circa.
6. Nel frattempo, preriscaldare il forno a 200°C.
7. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per circa 40 minuti (200°C) fino a che la pagnotta risulterà dorata.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consiglio).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec./ sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane leggermente aromatizzato è ottimo per la tavola di tutti i giorni, si accompagna preferibilmente con carni come arrosti e bistecche.
- Nel caso venga utilizzato il lievito madre si devono considerare tempi di lievitazione più lunghi (almeno il doppio) rispetto alla lievitazione tradizionale con il lievito di birra.
- Si conserva molto bene all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di mettere in tavola, tagliare a fette e, a piacere, riscaldare in forno caldo in modo che riacquisti la croccantezza.
- È possibile congelare la pagnotta, preferibilmente tagliandola a fette e riponendole all'interno di sacchetti per il congelamento. Prima di consumarlo, scongelare le fette e, a piacere, riscaldarle sopra una piastra o in forno caldo.

15 min
3 h 30 min
10 porzioni
facile
Valori nutritivi per porzione:
862 kJ / 206 kcal / proteine 6 g / carboidrati 39 g / grassi 4 g

PANINI AI POMODORI SOTT'OLIO E PEPERONCINO

INGREDIENTI

30 g di pomodori secchi sott'olio, ben sgocciolati
2 peperoncini rossi piccanti freschi o peperoncini secchi piccanti
240 g di acqua
10 g di lievito di birra fresco
500 g di farina tipo 1 + q.b. o di farina tipo 0 + q.b.
½ cucchiaino di origano secco
30 g di olio extravergine di oliva
1 cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI

gratella
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale i pomodori secchi e i peperoncini, tritare: **5 sec./vel. 7**. Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
2. Mettere nel boccale l'acqua e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
3. Aggiungere la farina, il trito messo da parte, l'origano, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino a che il volume sarà raddoppiato (circa 2 ore).
5. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro leggermente infarinato e dividerlo in 16 palline del peso di circa 50 g ciascuna. Sistemare le palline di impasto sulla placca del forno preparata, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente sino al raddoppio del volume (1 ora circa).
6. Preriscaldare il forno a 180°C.
7. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per circa 20-25 minuti (180°C) fino a che risulteranno dorati.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare i panini su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec. sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questi panini si abbinano molto bene con formaggi a pasta morbida, in particolare con la mozzarella.
- Si conservano molto bene all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di mettere in tavola, a piacere, riscaldare in forno caldo in modo che riacquistino la croccantezza.
- Congelare il pane riponendolo all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di servire, scongelarli e riporli in forno caldo per fare riacquistare la loro fragranza.

VARIANTI

- A piacere al passaggio 3 utilizzare l'olio di conservazione dei pomodori sostituendo l'olio extravergine di oliva.

10 min

3 h 35 min

16 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
548 kJ / 131 kcal / proteine 4 g / carboidrati 26 g / grassi 2 g

TRECCIA DI GRANO SARACENO ALLE NOCI

INGREDIENTI

150 g di latte
120 g di acqua
1 cucchiaino di miele
15 g di lievito di birra fresco
200 g di farina di grano saraceno
300 g di farina tipo 1
  o di farina tipo 0
10 g di sale
10 g di olio extravergine di oliva
30 g di gherigli di noci

UTENSILI UTILI

gratella
pellicola trasparente
carta forno
stampo a cassetta rettangolare
  (circa 25x11 cm)
ciotola

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale il latte, l'acqua, il miele e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina di grano saraceno, la farina tipo 1, il sale e l'olio extravergine di oliva, impastare: **2 min. 30 sec./**.
3. Unire i gherigli di noce e amalgamare: **30 sec./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Foderare uno stampo da plum cake (25x11 cm circa) con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro, dividerlo in tre parti uguali, formare dei filoncini e intrecciarli saldando le estremità. Adagiare la treccia nello stampo da plum cake preparato, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (circa 2 ore).
5. Preriscaldare il forno a 200°C.
6. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per 40-45 minuti circa (200°C) fino a che la superficie risulterà ben dorata.
7. Togliere con attenzione lo stampo dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina 1 o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec./, sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane si abbina molto bene con formaggi stagionati a pasta dura o semidura (Gorgonzola, Taleggio, pecorino, ecc.)
- La farina di grano saraceno non contiene glutine, quindi i tempi di lievitazione possono essere più lunghi. Inoltre il pane si gonfierà meno risultando più compatto rispetto a quelli realizzati con altre farine.
- Conservare il pane in sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di servire, riscaldare il pane in forno caldo.
- Tagliare a fette il pane e conservarle in congelatore in sacchetti adatti al congelamento. Prima di consumare, scongelare il pane e riscaldarlo in forno caldo o sopra una piastra.

BAULETTI INTEGRALI ALLO SPECK

INGREDIENTI

300 g di acqua
1 cucchiaino di malto di orzo
o di miele
15 g di lievito di birra fresco
300 g di farina integrale
300 g di farina tipo 1 + q.b.
o di farina tipo 0 + q.b.
50 g di strutto
1 cucchiaino di sale
1 pizzico di pepe nero macinato
100 g di speck a striscioline

UTENSILI UTILI

gratella
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il malto e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina integrale, la farina, lo strutto, il sale e il pepe, impastare: **2 min. 30 sec./🌾**.
3. Unire lo speck e impastare ancora: **30 sec./🌾**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (circa 2 ore).
5. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro leggermente infarinato e dividerlo in 20 palline del peso di circa 50 g ciascuna.
6. Aiutandosi con le mani stendere ogni pallina in un rettangolo (10x5 cm circa) e ripiegare in tre parti arrotolando dal lato corto. Sistemare i panini sulla placca del forno preparata, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente sino al raddoppio del volume (almeno per 1-2 ore circa).
7. Preriscaldare il forno a 200°C.
8. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per circa 20-25 minuti (200°C) fino a che risulteranno dorati.
9. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consiglio).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./🌾** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questi panini sono l'ideale per essere consumati da soli come merenda, snack, aperitivo o per buffet.
- Si conservano molto bene all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di mettere in tavola, a piacere, riscaldare in forno caldo in modo che riacquistino la croccantezza.
- Congelarli riponendoli all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di servire, scongelare e riporre in forno caldo per far riacquistare la loro fragranza.

 45 min

 5 h 15 min

20 pezzi

 facile

Valori nutritivi per porzione:
594 kJ / 142 kcal / proteine 5 g / carboidrati 23 g / grassi 4 g

CHIOCCIOLE AL FORMAGGIO

INGREDIENTI

80 g di Parmigiano reggiano a pezzi (2-3 cm)
250 g di acqua
1 cucchiaino di miele
15 g di lievito di birra fresco
500 g di farina tipo 1 o di farina tipo 0
30 g di olio extravergine di oliva
1 cucchiaino di sale
1 pizzico di pepe nero macinato

UTENSILI UTILI

gratella
forbici
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale il Parmigiano reggiano e grattugiare: **10 sec./vel. 10**. Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
2. Mettere nel boccale l'acqua, il miele e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
3. Aggiungere la farina, l'olio extravergine di oliva, il Parmigiano reggiano grattugiato, il sale e il pepe, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
5. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro e dividerlo in 20 palline da circa 40 g ciascuna. Formare dei cordoncini (circa Ø 1 cm e 20-25 cm di lunghezza). Avvolgere ciascun cordoncino a spirale e, a piacere, con le forbici tagliare l'anello più esterno creando un effetto decorativo. Riporre le chiocciole sulla placca preparata e coprire con pellicola trasparente. Lasciare lievitare ancora per almeno 1 ora.
6. Preriscaldare il forno a 200°C.
7. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per 15-20 minuti (200°C) fino a che risulteranno dorate.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./**, sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questi panini sono ideali per aperitivi e per la tavola di tutti i giorni da farcire con salumi o per accompagnare con mostarde dolci.
- Le chiocciole al formaggio si conservano bene per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti per alimenti di plastica con chiusura ermetica. Prima di consumarle riscaldare in forno caldo per qualche minuto.
- È possibile congelare il pane riponendolo in sacchetti adatti al congelamento. Prima di utilizzarlo, scongelare il pane e riscaldarlo in forno caldo.

45 min 4 h 15 min 20 pezzi facile

Valori nutritivi per porzione:
494 kJ / 118 kcal / proteine 4 g / carboidrati 20 g / grassi 3 g

SPIGHETTE AL KAMUT

INGREDIENTI

285 g di acqua + q.b.
15 g di lievito di birra fresco
1 cucchiaino di zucchero
530 g di farina di kamut + q.b.
25 g di olio extravergine di oliva
10 g di sale
1 cucchiaio di semi di sesamo

UTENSILI UTILI

pellicola trasparente
ciotola
pennello da cucina
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
forbici
gratella

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il lievito di birra e lo zucchero, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina di kamut, l'olio extravergine di oliva e il sale, e impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Infarinare leggermente una ciotola capiente e trasferirvi l'impasto. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppierà il volume (2 ore circa).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro, dividerlo in 4 parti dal peso di 200 g ciascuna e formare dei filoncini lunghi 20-25 cm. Sistemare i filoncini sulla placca preparata e, con le forbici, praticare dei tagli distanziati di circa 3 cm sulla superficie, allargandoli leggermente creando un effetto spiga. Spennellare la superficie delle spighette con dell'acqua e cospargere con i semi di sesamo. Far lievitare per circa 1 ora.
5. Preriscaldare il forno a 200°C.
6. Cuocere in forno caldo per 25 minuti circa (200°C) fino a che risulteranno ben dorate.
7. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare le spighette su una gratella prima di consumare o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina di kamut o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec., sino ad ottenere un impasto elastico.
- Conservare per 2-3 giorni le spighette in sacchetti per alimenti di plastica con chiusura ermetica e riporre in frigorifero. Prima di utilizzare, scaldare in forno caldo per far riacquistare la croccantezza.
- Per congelare il pane, riporlo in sacchetti adatti al congelamento. Prima di consumare, scongelare le spighette e riscaldarle per qualche minuto in forno caldo.

30 min

3 h 55 min

4 porzioni

medio

Valori nutritivi per porzione:
2171 kJ / 519 kcal / proteine 20 g / carboidrati 93 g / grassi 10 g

PANE AL LARDO E TIMO

INGREDIENTI

250 g di acqua
1 cucchiaino di malto di orzo
10 g di lievito di birra fresco
500 g di farina tipo 1
o di farina tipo 0
70 g di lardo a fettine
3 rametti di timo fresco, le foglioline
lavate ed asciugate
o 1 cucchiaino di timo secco
1 cucchiaino raso di sale

UTENSILI UTILI

gratella
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il malto di orzo e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, il lardo, il timo e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola capiente, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (2 ore circa).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro e dividerlo in 4 parti uguali dando la forma di un filoncino (o altra forma a piacere). Lasciare lievitare nuovamente sino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
5. Preriscaldare il forno a 200°C.
6. Cuocere in forno caldo per circa 30-35 minuti (200°C) fino a che risulteranno dorati.
7. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare il pane su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec./ sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questi filoncini si abbinano molto bene a piatti di carne, arrosti, bistecche ecc.
- Questo pane si conserva all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di mettere in tavola, a piacere, riscaldare in forno caldo in modo che riacquistino la croccantezza.
- Congelare i filoncini riponendoli all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di servire, scongelare e riporre in forno caldo per far riacquistare la loro fragranza.

10 min

4 h 50 min

4 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
2502 kJ / 598 kcal / proteine 15 g / carboidrati 98 g / grassi 19 g

NODINI MEDITERRANEI

INGREDIENTI

25 g di pomodorini secchi
20 g di capperi sotto sale, sciacquati ed asciugati
30 g di olive taggiasche denocciolate
235 g di acqua
10 g di lievito di birra fresco
1 cucchiaino di zucchero
500 g di farina tipo 1 + q.b. o di farina tipo 0 + q.b.
1 cucchiaino di origano secco
40 g di olio extravergine di oliva
½ cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI

gratella
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale i pomodorini secchi, i capperi e le olive, tritare: **5 sec./vel. 7**. Trasferire in una ciotola e mettere da parte.
2. Mettere nel boccale l'acqua, il lievito di birra e lo zucchero, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
3. Aggiungere la farina, il trito messo da parte, l'origano, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (circa 2 ore).
5. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro leggermente infarinato e dividerlo in 8 filoncini del peso di circa 100 g ciascuno lunghi circa 30 cm e Ø 3 cm. Formare un nodino e sistemarlo sulla placca del forno preparata. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente sino al raddoppio del volume (1 ora circa).
6. Preriscaldare il forno a 180°C.
7. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per circa 30-35 minuti (180°C) fino a che saranno dorati.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare i nodini su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec./ sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questi panini dal gusto molto saporito si abbinano molto bene con formaggi teneri.
- Si conservano molto bene all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di mettere in tavola, a piacere, riscaldare in forno caldo in modo che riacquistino la croccantezza.
- Congelare il pane riponendolo all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di servire, scongelarli e riporli in forno caldo per fare riacquistare la loro fragranza.

15 min

3 h 50 min

8 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
1197 kJ / 286 kcal / proteine 8 g / carboidrati 51 g / grassi 7 g

PANINI INTEGRALI ALLE ERBE

INGREDIENTI

3 foglie di salvia fresca, lavate ed asciugate
6 foglie di basilico fresco, lavate ed asciugate
2 rametti di timo fresco, le foglioline lavate ed asciugate o 1 pizzico di timo secco
1 pizzico di maggiorana secca
1 pizzico di erba cipollina secca tritata
250 g di acqua
1 cucchiaino di malto di orzo
15 g di lievito di birra fresco
300 g di farina tipo 1 o di farina tipo 0
200 g di farina integrale
20 g di olio extravergine di oliva
1 cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI

gratella
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente
coltello affilato

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale la salvia, il basilico, il timo, la maggiorana e l'erba cipollina, tritare: **5 sec./vel. 6**. Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
2. Mettere nel boccale l'acqua, il malto di orzo e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
3. Aggiungere la farina, la farina integrale, il trito di erbe aromatiche messo da parte, l'olio extravergine e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Trasferire l'impasto in una ciotola capiente, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (circa 2 ore).
5. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro e dividerlo in 10 palline del peso di circa 80 g ciascuna. Sistemare i panini sulla placca del forno preparata, praticare un'incisione a metà su ogni pallina e coprire con pellicola trasparente. Lasciare lievitare nuovamente sino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
6. Preriscaldare il forno a 200°C.
7. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per circa 20-25 minuti (200°C) fino a che risulteranno dorati.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare i panini su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina bianca o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec./ sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questi panini si abbinano molto bene a piatti di carne, arrosti, bistecche ecc.
- Si conservano all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni in frigorifero. Prima di mettere in tavola, a piacere, riscaldare in forno caldo in modo che riacquistino la croccantezza.
- Congelarli riponendoli all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di servire, scongelare e riporre in forno caldo per far riacquistare la loro fragranza.

15 min

4 h 45 min

10 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
795 kJ / 190 kcal / proteine 6 g / carboidrati 37 g / grassi 3 g

LETTERINE SEGNAPOSTO

INGREDIENTI

200 g di acqua + q.b.
10 g di lievito di birra fresco
1 cucchiaino di zucchero
400 g di farina tipo 1
o di farina tipo 00
1 cucchiaino di olio extravergine
di oliva
1 cucchiaino di sale
semi a piacere (finocchietto, papavero, sesami, zucca, ecc.)
o spezie a piacere (peperoncino, curry, curcuma, paprika, zafferano, ecc.) (opzionale)

UTENSILI UTILI

ciotola
pellicola trasparente
pennello da cucina
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
gratella

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il lievito di birra e lo zucchero, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **2 min. 30 sec./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro, tagliare delle porzioni di impasto da circa 40 g ciascuna, formare dei rotolini (lunghi circa 30-35 cm) e dare la forma della lettera che si vuole realizzare (si otterranno 15 letterine). Disporre le letterine distanziandole sulla placca del forno preparata. Spennellare la superficie delle letterine con dell'acqua e decorare a piacere con semi misti o spezie. Lasciare lievitare nuovamente fino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
5. Preriscaldare il forno a 180°C.
6. Cuocere in forno caldo per 20 minuti circa (180°C) fino a che risulteranno dorate.
7. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec./ sino ad ottenere un impasto elastico.
- Le letterine si conservano per qualche giorno all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica o in una scatola portabiscotti. Qualora si volessero congelare, sistemare le letterine cotte all'interno di sacchetti adatti al congelamento e riporre in congelatore. Prima si utilizzarle, riscaldare le letterine in forno caldo.

VARIANTI

- A piacere per ottenere panini aromatizzati o colorati aggiungere della paprika, curcuma, curry o altre spezie al passaggio 2.

45 min
5 h 15 min
15
15 pezzi
medio

Valori nutritivi per porzione:
510 kJ / 122 kcal / proteine 4 g / carboidrati 21 g / grassi 3 g

GHIRLANDA CENTROTAVOLA

INGREDIENTI

100 g di speck a cubetti (2 cm)
 o di coppa a cubetti (2 cm)
100 g di Asiago a pezzi (3 cm)
 o di Provolone a pezzi (3 cm)
250 g di acqua
40 g di zucchero
10 g di lievito di birra fresco
500 g di farina tipo 1
 o di farina tipo 00
50 g di olio extravergine di oliva
1 cucchiaino di sale
20 g di latte
1 cucchiaio di semi di papavero

UTENSILI UTILI

coltello affilato
matterello
placca del forno o teglia
 (circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente
pennello da cucina

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale lo speck e tritare: **10 sec./vel. 5**. Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
2. Mettere nel boccale l'Asiago e tritare: **5 sec./vel. 7**. Trasferire nella ciotola con lo speck e tenere da parte.
3. Mettere nel boccale l'acqua, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
4. Aggiungere la farina, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
5. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppierà il volume (2 ore circa).
6. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro e staccarne una parte da 200 g e mettere da parte il restante. Con il matterello stendere l'impasto in un disco (Ø 26 cm) e sistemarlo sulla placca del forno preparata. Con un coltellino affilato praticare dei tagli partendo dal centro per formare 8 triangoli fermandosi a 1 cm dal bordo.
7. Dividere l'impasto messo in precedenza da parte in 8 palline da circa 80 g ciascuna. Aprire leggermente le palline con le mani e farcirle al centro con il misto di formaggio e speck tritati. Richiudere bene e posizionare sul bordo in prossimità dei triangoli (per metà devono essere sull'impasto e per metà fuori).
8. Spennellare le palline con parte del latte e ripiegare i triangoli sulle palline stesse, in modo che aderiscano. Spennellare con il latte rimasto anche i triangoli ripiegati e spolverizzarli con i semi di papavero.
9. Lasciare lievitare nuovamente sino al raddoppio del volume (almeno 1-2 ore).
10. Preriscaldare il forno a 180°C.
11. Cuocere in forno caldo per circa 25 minuti (180°C), fino a che risulterà ben dorata.
12. Togliere con attenzione dal forno, far raffreddare completamente prima di togliere dalla placca e servire.

30 min
5 h 50 min
8 porzioni
medio
Valori nutritivi per porzione:
1611 kJ / 385 kcal / proteine 15 g / carboidrati 53 g / grassi 14 g

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere poco alla volta della farina o dell'acqua e impastare: **30 sec.** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Decorare a piacere la ghirlanda centrotavola, con nastri, candele, peperoncini, spighe, rami di agrifoglio, palline natalizie, piccoli ovetti di cioccolato, fiorellini, personalizzandola a seconda della ricorrenza.
- Per una buona riuscita della ricetta è importante pesare precisamente le parti di impasto.

PAN CONIGLIO

INGREDIENTI

200 g di acqua
100 g di latte + q.b.
10 g di zucchero
10 g di lievito di birra fresco
600 g di farina tipo 1
o di farina tipo 00
30 g di burro
10 g di sale
2 olive nere
2 mandorle
1 cucchiaino di semi di sesamo

UTENSILI UTILI

ciotola
pellicola trasparente
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
pennello da cucina

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il latte, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, il burro e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro e dividerlo in vari pezzi: uno da 300 g per la pancia, uno da 200 g per il muso, due da 125 per le orecchie, 4 da 30 g ciascuno per le zampe e altri 3 da 10 g ciascuno per il naso e la bocca.
5. Comporre il coniglio, partendo dalla parte superiore con il pezzo del muso, sistemandovi sopra i 3 pezzi da 10 g per il naso e la bocca e decorando con olive e mandorle per formare gli occhi e i denti e sistemare le orecchie, poi sistemare il pezzo con la pancia e attaccare le 4 zampette.
6. Spennellare il coniglio con del latte e spolverizzare la pancia con i semi di sesamo.
7. Lasciare lievitare nuovamente sino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
8. Preriscaldare il forno a 180°C.
9. Cuocere in forno caldo per circa 30 minuti (180°C), fino a che risulterà ben dorato.
10. Togliere con attenzione dal forno e far raffreddare completamente sulla teglia prima di servire.

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere poco alla volta della farina o dell'acqua e impastare: **30 sec./**, sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane può rappresentare un originale centro tavola per feste (es. Pasqua), compleanni, buffet o essere utilizzato anche come supporto per piccoli spiedini di formaggi, salumi e verdure, ecc.

 30 min

 5 h 15 min

10
 10 porzioni

 facile

Valori nutritivi per porzione:
1038 kJ / 248 kcal / proteine 8 g / carboidrati 48 g / grassi 4 g

FANTASIA DI COLORI

INGREDIENTI

Impasto bianco

70 g di acqua
½ cucchiaino di zucchero
5 g di lievito di birra fresco
140 g di farina tipo 00
10 g di olio extravergine di oliva
½ cucchiaino di sale

Impasto giallo

80 g di acqua
1 cucchiaio di curcuma in polvere
½ cucchiaino di zucchero
5 g di lievito di birra fresco
140 g di farina tipo 00
1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
½ cucchiaino di sale

Impasto rosso

80 g di acqua
1 cucchiaio colmo di paprika dolce
½ cucchiaino di zucchero
5 g di lievito di birra fresco
140 g di farina tipo 00
1 cucchiaino di olio extravergine di oliva
½ cucchiaino di sale

PREPARAZIONE

Impasto bianco

1. Mettere nel boccale l'acqua, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **1 min. 30 sec./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **2 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).

Impasto giallo

4. Mettere nel boccale l'acqua, la curcuma, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **1 min. 30 sec./37°C/vel. 2**.
5. Aggiungere la farina, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **2 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
6. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).

Impasto rosso

7. Mettere nel boccale l'acqua, la paprika, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **1 min. 30 sec./37°C/vel. 2**.
8. Aggiungere la farina, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **2 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
9. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).

Continua a pagina **118** ▶

25 min

4 h 10 min

12 porzioni

facile

Valori nutritivi per porzione:
912 kJ / 218 kcal / proteine 7 g / carboidrati 46 g / grassi 2 g

CONSIGLI

- Per dosare al meglio il quantitativo di lievito di birra dividere in 5 parti un cubetto da 25 g.
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec.**, sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane racchiude in se aromi e profumi particolari; è molto versatile e si presta molto bene a seconda del colore a vari abbinamenti: il bianco ad affettati e sott'aceti, il giallo a carni bianche e verdure lesse o grigliate, il rosso a verdure fresche e formaggi, il verde a carni rosse, il nero a pesce sia in umido che arrosto. Inoltre può rappresentare un originale centro tavola per feste o ricorrenze.
- Questo pane si conserva per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica. Prima di consumare, riscaldare il pane in forno caldo per fargli riacquistare la sua croccantezza.

▶ Continua da pagina 116

Impasto verde
35 g di foglie di spinaci freschi
o di spinaci in foglia surgelati, scongelati e ben strizzati
140 g di farina tipo 00
60 g di acqua
½ cucchiaino di zucchero
5 g di lievito di birra fresco
½ cucchiaino di sale

Impasto nero
70 g di acqua
1 bustina di nero di seppia (4 g)
½ cucchiaino di zucchero
5 g di lievito di birra fresco
140 g di farina tipo 00
½ cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI
gratella
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente

Impasto verde

10. Mettere nel boccale gli spinaci e la farina, frullare: **10 sec./vel. 9.** Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
11. Mettere nel boccale l'acqua, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **1 min. 30 sec./37°C/vel. 2.**
12. Aggiungere la farina frullata con gli spinaci e il sale, impastare: **2 min./🌾.** Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
13. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).

Impasto nero

14. Mettere nel boccale l'acqua, il nero di seppia, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **1 min. 30 sec./37°C/vel. 2.**
15. Aggiungere la farina e il sale, impastare: **2 min./🌾.** Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
16. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).

Preparazione

17. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire gli impasti lievitati sulla placca del forno preparata, lavorandoli delicatamente senza sgonfiarli troppo e dandogli una forma di pagnotte leggermente allungate o altra forma a piacere (ad es. unendo le pagnotte in modo da formare un fiore). Coprire la placca con la pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente fino al raddoppio del volume (1 ora circa).
18. Preriscaldare il forno a 180°C.
19. Togliere la pellicola trasparente e cuocere la pagnotta in forno caldo per 30-35 minuti circa (180°C) fino a che risulterà dorata.
20. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CORONA DI PAN DI PIZZA

INGREDIENTI

120 g di mozzarella, ben sgocciolata
100 g di acqua
10 g di zucchero
10 g di lievito di birra fresco
150 g di farina tipo 00
120 g di farina tipo manitoba
½ cucchiaino di sale + q.b.
20 g di olio extravergine di oliva + q.b.

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale la mozzarella e tritare: **5 sec./vel. 6**. Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
2. Mettere nel boccale l'acqua, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
3. Aggiungere la farina 00, la farina manitoba, la mozzarella tritata, il sale e 10 g di olio extravergine di oliva, impastare: **3 min./🌾**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).

Continua a pagina **120** ▶

▶ Continua da pagina 119

70 g di concentrato di pomodoro o di passata di pomodoro molto densa
½ cucchiaino di origano secco
10 pomodorini datterini piccoli

UTENSILI UTILI
pellicola trasparente
tortiera con fondo apribile (Ø 26 cm)
matterello
coltello a lama liscia
ciotola

4. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppierà il volume (2 ore circa).
5. Ungere leggermente con olio extravergine di oliva uno stampo ad anello (Ø 26 cm). Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro e con l'aiuto del matterello stenderlo in un rettangolo (circa 25x40 cm).
6. In una ciotolina mescolare il concentrato di pomodoro, l'origano, 10 g di olio extravergine di oliva e un pizzico di sale. Stendere il composto sulla superficie dell'impasto steso e arrotolare dal lato lungo formando un cilindro. Tagliare dei tronchetti alti 4 cm, sistemarli nello stampo preparato e al centro di ognuno sistemare un pomodorino. Lasciare lievitare ulteriormente per almeno 1 ora.
7. Preriscaldare il forno a 180°C.
8. Cuocere in forno caldo per circa 30 minuti (180°C) fino a che risulterà ben dorata.
9. Togliere con attenzione dal forno e lasciare intiepidire nello stampo prima di servire.

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina 00 o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec., sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane può rappresentare un originale centro tavola per feste o ricorrenze, si abbina molto bene a formaggi e verdure.
- A piacere, al passaggio 6 dopo aver spalmato la salsa al pomodoro sull'impasto, spolverizzare con un cucchiaio di Parmigiano reggiano grattugiato.

25 min
4 h
6 porzioni
facile
Valori nutritivi per porzione:
1079 kJ / 258 kcal / proteine 10 g / carboidrati 39 g / grassi 8 g

PANINI NAPOLETANI

INGREDIENTI

100 g di latte
100 g di acqua
10 g di lievito di birra fresco
400 g di farina tipo 1 + q.b.
o di farina tipo 00 + q.b.
60 g di strutto
1 pizzico di sale
1 pizzico di pepe nero macinato
150 g di prosciutto cotto a cubetti
100 g di pancetta a cubetti
80 g di Provolone piccante a cubetti
20 g di Parmigiano reggiano grattugiato

UTENSILI UTILI

ciotola
pellicola trasparente
carta forno
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
matterello

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale il latte, l'acqua e il lievito di birra fresco, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, lo strutto, il sale e il pepe, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro leggermente infarinato e stenderlo con il matterello in un rettangolo di circa 50x30 cm.
5. Cospargere con il prosciutto cotto, la pancetta, il Provolone e spolverizzare con il Parmigiano reggiano grattugiato. Arrotolare la sfoglia dal lato lungo, tagliare il rotolo in 8 pezzi (larghi circa 8 cm ciascuno) e disporli sulla placca del forno, distanziandoli bene.
6. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare nuovamente per almeno 2 ore circa.
7. Preriscaldare il forno a 180°C.
8. Togliere la pellicola trasparente e cuocere in forno caldo per circa 40-45 minuti (180°C) fino a che risulteranno ben dorati.
9. Togliere con attenzione la placca dal forno e servire caldi o tiepidi.

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: 30 sec. sino ad ottenere un impasto elastico.
- I panini napoletani si conservano molto bene all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 1-2 giorni in frigorifero. Prima di mettere in tavola, riscaldare in forno caldo in modo che riacquistino la fragranza iniziale.

VARIANTI

- È possibile sostituire il prosciutto cotto o la pancetta con altri tipi di salumi (es. salame, salame piccante, ecc.).
- Se si vogliono realizzare dei panini più piccoli in versione finger food da buffet o aperitivo, alla fine del passaggio 4 dividere il rettangolo a metà orizzontalmente, farcire, arrotolare dal lato lungo e tagliare a pezzi di circa 4 cm.

30 min

5 h 20 min

8 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
1556 kJ / 372 kcal / proteine 16 g / carboidrati 39 g / grassi 18 g

FILONE SAPORITO

INGREDIENTI

260 g di acqua
1 cucchiaino di miele
10 g di lievito di birra fresco
500 g di farina tipo 1
o di farina tipo 00
10 g di sale
1 cucchiaino di olio extravergine
di oliva
100 g di Feta (formaggio greco)
a dadini (1 cm)
50 g di olive nere denocciolate
20 g di latte

UTENSILI UTILI

gratella
pennello da cucina
stampo a cassetta rettangolare
(circa 25x11 cm)
ciotola
pellicola trasparente
matterello

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, il miele e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina e il sale, impastare: **3 min./🌾**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
4. Ungere con l'olio extravergine di oliva uno stampo rettangolare da plum cake (circa 25x11 cm).
5. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro e formare 20 palline del peso di circa 35-40 g ciascuna. Con l'aiuto del matterello stendere ogni pallina in un disco (circa Ø 8 cm).
6. Farcire metà dei dischetti con la Feta a dadini e le olive, ricoprire con i dischetti rimasti, sigillando bene i bordi.
7. Sistemare i dischetti verticalmente all'interno dello stampo da plum cake. Fare lievitare nuovamente in luogo tiepido fino a che il pane risulterà ben gonfio (1-2 ore).
8. Preriscaldare il forno a 200°C.
9. Spennellare con il latte la superficie del filone e cuocere in forno caldo per 30-35 minuti circa (200°C) fino a che risulterà dorato.
10. Togliere con attenzione lo stampo dal forno e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consiglio).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./🌾**, sino ad ottenere un impasto elastico.
- Si consiglia di consumare questo pane subito, non oltre 3 giorni.
- È possibile conservare il pane in frigorifero riponendolo in sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica oppure congelandolo intero. Prima di consumare, scongelare il pane e scaldarlo in forno caldo.

VARIANTI

- La Feta si può sostituire con un altro formaggio saporito (Taleggio, Gorgonzola, ecc.), mentre le olive si possono sostituire con pomodorini secchi e i gherigli di noce.
- Per dare maggiore sapore all'impasto, aggiungere insieme alla farina qualche erba aromatica sminuzzata (origano, maggiorana, erba cipollina, ecc.).

 45 min
 5 h 20 min
10 porzioni
 medio
Valori nutritivi per porzione:
933 kJ / 223 kcal / proteine 8 g / carboidrati 39 g / grassi 5 g

HOT DOG

INGREDIENTI
50 g di latte + q.b.
200 g di acqua
10 g di miele
50 g di zucchero
20 g di lievito di birra fresco
300 g di farina tipo 00
200 g di farina tipo manitoba
50 g di burro a pezzi
10 g di sale
6 wurstel (80 g cad.)
1 tuorlo
1 cucchiaio di semi di sesamo

UTENSILI UTILI
pellicola trasparente
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
pennello da cucina
ciotola

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale il latte, l'acqua, il miele, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina 00, la farina manitoba, il burro e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
4. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro e formare 6 palline del peso di circa 140 g ciascuna e allargarle con le mani ricavando un rettangolo leggermente più corto della lunghezza del wurstel. Avvolgere il wurstel lasciando fuori le estremità e sigillando bene. Disporre gli hot dog ben distanziati sulla placca preparata.
5. In una ciotolina, sbattere leggermente il tuorlo con 1 cucchiaio di latte e spennellare la superficie degli hot dog, cospargere con i semi di sesamo e lasciare lievitare nuovamente fino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
6. Preriscaldare il forno a 200°C.
7. Cuocere in forno caldo per circa 15-20 minuti (200°C) fino a che risulteranno ben dorati.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno, lasciare intiepidire e servire.

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina 00 o del latte poco per volta e impastare: **30 sec./**, sino ad ottenere un impasto elastico.
- In occasione di feste e compleanni è possibile realizzare con la medesima procedura dei mini hot dog con wurstel di piccole dimensioni o tagliati a tocchetti.
- Accompagnare a piacere con salsa ketchup o senape.
- È possibile realizzare solamente i panini per hot dog, saltando il passaggio 4.
- Congelare gli hot dog cotti all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di consumare, scongelarli e scaldarli per qualche minuto in forno caldo.

30 min

4 h 55 min

6 porzioni

facile

Valori nutritivi per porzione:
2669 kJ / 638 kcal / proteine 22 g / carboidrati 77 g / grassi 29 g

BAULETTO BICOLORE

INGREDIENTI

100 g di acqua
130 g di latte + q.b.
50 g di zucchero
10 g di lievito di birra fresco
450 g di farina tipo 00
30 g di burro a pezzi
1 cucchiaino di sale
20 g di cacao amaro in polvere

UTENSILI UTILI

gratella
pennello da cucina
tazzine
ciotola
pellicola trasparente
stampo a cassetta rettangolare (circa 25x11 cm)
carta forno
matterello

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale l'acqua, 110 g di latte, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina, il burro e il sale, impastare: **3 min./ᛘ**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Togliere dal boccale 380 g di impasto circa, trasferirlo in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
4. Mescolare in una tazzina il latte rimasto (20 g) con il cacao amaro e aggiungerlo all'impasto nel boccale, impastare: **3 min./ᛘ**. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
5. Foderare uno stampo da plum cake (25x11 cm circa) con carta forno.
6. Trasferire gli impasti lievitati sul piano di lavoro e, con l'aiuto del matterello, stendere entrambi in un rettangolo (30x20 cm circa).
7. Spennellare leggermente il rettangolo bianco con un po' di latte e sovrapporvi il rettangolo al cacao. Passare delicatamente il matterello sopra il rettangolo al cacao per farlo aderire bene a quello bianco. Arrotolare l'impasto dal lato lungo e adagiarlo nello stampo preparato. Lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (circa 3 ore).
8. Preriscaldare il forno a 180°C.
9. Cuocere in forno caldo per 35-40 minuti circa (180°C) fino a che risulterà ben dorato. Qualora durante la cottura, la superficie si dovesse scurire troppo, coprire il pane con un foglio di alluminio fino al termine della cottura.
10. Togliere con attenzione dal forno e far raffreddare il pane per 10-15 minuti all'interno dello stampo, poi sformarlo e far raffreddare su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o del latte poco per volta e impastare: **30 sec./ᛘ** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Questo pane molto morbido è ottimo per la prima colazione, spalmato con confetture, crema gianduia o miele.
- Questo pane si conserva per 2-3 giorni in frigorifero all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica.
- È possibile congelare il bauletto, preferibilmente tagliandolo a fette e riponendole all'interno di sacchetti per il congelamento. Prima di consumarlo, scongelare le fette.

 20 min 6 h 25 min 10 10 porzioni facile *Valori nutritivi per porzione:* 896 kJ / 214 kcal / proteine 6 g / carboidrati 41 g / grassi 4 g

CIAMBELLINE INTRECCIATE ALL'UVETTA

INGREDIENTI
200 g di latte + q.b.
50 g di acqua
10 g di malto di orzo o di miele
15 g di lievito di birra fresco
500 g di farina tipo 1 + q.b. o di farina tipo 00 + q.b.
1 uovo
50 g di burro a pezzi
10 g di sale
50 g di uvetta sultanina, ammollata in acqua tiepida per 10 minuti e strizzata
1 tuorlo

UTENSILI UTILI
pellicola trasparente
ciotola
carta forno
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
pennello da cucina
gratella

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale il latte, l'acqua, il malto di orzo e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina, l'uovo, il burro e il sale, impastare: **2 min. 30 sec./**.
3. Unire l'uvetta e amalgamare: **30 sec./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Infarinare leggermente una ciotola capiente e trasferivi l'impasto, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).
5. Foderare la placca del forno con carta forno. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro e dividerlo in 10 filoncini da 100 g ciascuno circa. Formare dei rotolini lunghi circa 60 cm e Ø 3 cm, tagliarli a metà e intrecciare due rotolini insieme chiudendoli a ciambellina. Disporre le ciambelline sulla placca preparata.
6. In una ciotolina sbattere leggermente il tuorlo con 1 cucchiaio di latte e spennellare la superficie delle ciambelline. Lasciare lievitare nuovamente per circa 1 ora.
7. Preriscaldare il forno a 200°C.
8. Cuocere in forno caldo per circa 25-30 minuti (200°C) fino a che risulteranno ben dorate.
9. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare le ciambelline su una gratella prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o del latte poco per volta e impastare: 30 sec./, sino ad ottenere un impasto elastico.
- Le ciambelline si conservano bene per 2-3 giorni all'interno di sacchetti di plastica per alimenti con chiusura ermetica.
- È possibile congelare le ciambelline riponendole all'interno di sacchetti adatti al congelamento. Prima di consumarle, scongelare e far riscaldare per qualche minuto in forno caldo.

45 min
4h 20 min
10 pezzi
medio
Valori nutritivi per porzione:
1104 kJ / 264 kcal / proteine 8 g / carboidrati 45 g / grassi 7 g

NON SOLO PANE

TARALLI ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA

INGREDIENTI

10 g di lievito di birra fresco
175 g di vino bianco secco
300 g di semola rimacinata di grano duro
200 g di farina tipo 00
150 g di olio extravergine di oliva
10 g di sale

UTENSILI UTILI

placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale il lievito di birra e il vino bianco, sciogliere: **1 min./37°C/vel. 2**.
2. Unire la semola rimacinata di grano duro, la farina 00, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Trasferire l'impasto sul piano da lavoro e compattare con le mani.
3. Ricavare dei rotolini lunghi circa 10 cm e Ø 1 cm, richiudere sovrapponendo le estremità per formare un anello e premere sul punto di unione per chiuderli.
4. Preriscaldare il forno a 180°C e rivestire la placca da forno con carta forno.
5. Sistemare i taralli sulla placca da forno preparata e cuocere in forno caldo (180°C) per 20 minuti o sino alla doratura desiderata.
6. Sfornare con attenzione la placca dal forno, lasciare raffreddare e servire o conservare in contenitore ermetico.

CONSIGLI

- Se si vuole ottenere un tarallo lucido esternamente, immergere i taralli in acqua bollente, raccoglierli con un mestolo forato non appena verranno a galla e cuocere in forno come da ricetta.
- I taralli si conservano bene per 2 o 3 settimane se tenuti al riparo da aria.

30 min
55 min
16 porzioni
facile

Valori nutritivi per porzione:
795 kJ / 190 kcal / proteine 4 g / carboidrati 24 g / grassi 10 g

GNOCCO EMILIANO

INGREDIENTI

30 g di pancetta di maiale a cubetti
350 g di acqua
1 cucchiaino colmo di zucchero
25 g di lievito di birra fresco
600 g di farina tipo 1
o di farina tipo 0
30 g di olio extravergine di oliva
15 g di sale

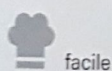
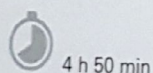
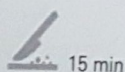
UTENSILI UTILI

carta forno
forchetta
teglia da forno (35x40 cm)
pellicola trasparente
ciotola

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale la pancetta e tritare: **3 sec./vel. 7**. Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
2. Mettere nel boccale l'acqua, lo zucchero e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
3. Aggiungere la farina, 20 g della pancetta tritata precedentemente, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino al raddoppio del volume (2 ore circa).
5. Foderare una teglia (35x40 cm circa) con carta forno. Stendere l'impasto lievitato sulla teglia preparata, praticare sulla superficie qualche buco con la forchetta e cospargere con la pancetta tritata rimasta. Lasciare lievitare nuovamente al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
6. Preriscaldare il forno a 200°C.
7. Cuocere in forno caldo per 25-30 minuti circa (200°C) fino a che il gnocco risulterà ben dorato.
8. Togliere con attenzione la teglia dal forno e servire il gnocco a piacere caldo o tiepido.

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./**, sino ad ottenere un impasto elastico.
- Si abbina bene con salumi, in particolare con la mortadella.

15 min
4 h 50 min
10 porzioni
facile
Valori nutritivi per porzione:
1008 kJ / 241 kcal / proteine 8 g / carboidrati 46 g / grassi 4 g

CRACKER INTEGRALI ARANCIA E SALVIA

INGREDIENTI

Crackers
7 foglie di salvia fresca, lavate ed asciugate
20 g di olio extravergine di oliva
1 arancia, preferibilmente biologica, la scorza grattuggiata
250 g di acqua o di latte intero
7 g di lievito di birra fresco
500 g di farina integrale + q.b.
10 g di sale + q.b.

Emulsione
30 g di acqua
30 g di olio extravergine di oliva

UTENSILI UTILI

ciotola
pellicola trasparente
teglia da forno
carta forno
matterello o macchinetta per tirare la pasta
forchetta
pennello da cucina

PREPARAZIONE

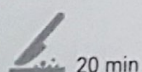
Crackers

1. Mettere nel boccale la salvia e tritare: **5 sec./vel. 7**. Trasferire in una ciotola, aggiungere 20 g di olio extravergine di oliva e la scorza di arancia, mescolare, coprire con pellicola trasparente e lasciare in infusione per 1 ora.
2. Mettere nel boccale pulito l'acqua e il lievito, mescolare: **10 sec./vel. 7**.
3. Aggiungere la farina integrale e impastare: **2 min./**.
4. Unire l'infuso di arancia e salvia e il sale, impastare: **1 min./**. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro infarinato, compattare con le mani formando una palla e controllare che l'impasto sia asciutto; se dovesse risultare umido continuare ad impastare aggiungendo altra farina integrale. Avvolgere l'impasto con pellicola trasparente e lasciare riposare per 1 ora.
5. Preriscaldare il forno a 180°C. Rivestire una teglia da forno con carta forno e tenere da parte.
6. Togliere l'impasto dalla pellicola trasparente e, con un matterello (o l'apposita macchinetta per stendere la pasta) stenderlo in una sfoglia molto sottile (2-3 mm) e ritagliare dei rettangoli e lasciare riposare per altri 10 minuti.

Emulsione

7. Nel frattempo, nel boccale pulito e asciutto mettere l'acqua e l'olio extravergine di oliva, emulsionare: **20 sec./vel. 4**. Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
8. Con i rebbi di una forchetta bucherellare i singoli rettangoli, spennellarli con l'emulsione di acqua e olio, spolverizzare la superficie con del sale e sistemarli sulla teglia preparata.
9. Cuocere in forno caldo per 5-7 minuti (180°C) o sino alla doratura desiderata.
10. Togliere con attenzione dal forno e lasciare raffreddare i crackers sulla placca prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Si possono conservare per diversi giorni in una scatola di latta o in un portabiscotti.
- Il tempo di cottura dipende dallo spessore del cracker.
- Per evitare che i crackers si brucino, monitorarli durante gli ultimi minuti di cottura.
- Per ottenere un gusto più intenso di arancia e salvia si consiglia di lasciare gli ingredienti in infuso per più di un'ora.
- I crackers integrali arancia e salvia sono un gustoso spuntino o possono accompagnare piatti delicati di pesce, come la spigola sotto sale.

20 min

2 h 40 min

10 porzioni

medio

Valori nutritivi per porzione:
891 kJ / 213 kcal / proteine 6 g / carboidrati 36 g / grassi 6 g

PIADINA CON ESUBERO DI LIEVITO MADRE

INGREDIENTI

150 g di lievito madre
125 g di latte
1 cucchiaino di miele
250 g di farina tipo 1 + q.b.
1 cucchiaino di strutto
o di olio extravergine di oliva
1 cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI

matterello
carta forno
pellicola trasparente
padella antiaderente

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale il lievito madre, il latte e il miele, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, lo strutto e il sale, impastare: **2 min. 30 sec./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro, compattarlo con le mani sino ad ottenere un panetto omogeneo e avvolgerlo nella pellicola trasparente. Lasciare riposare a temperatura ambiente per almeno 30 minuti.
4. Dividere l'impasto in 5 palline e disporle sul piano di lavoro infarinato, coprire con pellicola trasparente e lasciare riposare per 30 minuti.
5. Sul tavolo di lavoro riporre un foglio di carta forno, infarinarlo e, con il matterello, stendere ogni pallina in un disco (Ø 20-25 cm).
6. Scaldare una padella antiaderente e cuocere a fiamma media i dischi uno per volta (aiutandosi a farli scendere nella padella con la carta forno), per circa 2-3 minuti per parte. Quando inizieranno a formarsi alcune bollicine in superficie, girare con una paletta e continuare la cottura dall'altro lato, finché non saranno dorati da ambo i lati.
7. Servire le piadine calde farcendole a piacere o conservare (vedere consigli).

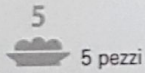
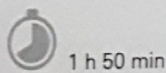
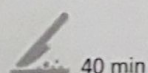
CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o del latte poco per volta e impastare: 30 sec./, sino ad ottenere un impasto elastico.
- Farcire le piadine con formaggi freschi (es. Squacquerone, Crescenza, Robiola, etc.), salumi e verdure a piacere.
- È possibile conservare le piadine cotte o parzialmente cotte in congelatore. Scaldare o ultimare la cottura in padella al momento dell'utilizzo.

40 min

1 h 50 min

5 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
1092 kJ / 261 kcal / proteine 8 g / carboidrati 49 g / grassi 5 g

ATTORCIGLIATI AL SALE MARINO

INGREDIENTI

2 rametti di rosmarino fresco, gli aghi lavati ed asciugati
½ spicchio di aglio
50 g di sale grosso
150 g di acqua
10 g di lievito di birra fresco
350 g di farina tipo 1 + q.b. o di farina tipo 0 + q.b.
50 g di olio extravergine di oliva

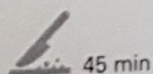
UTENSILI UTILI

ciotola
pellicola trasparente
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
matterello

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale il rosmarino, l'aglio e il sale grosso, tritare: **10 sec./vel. 10**. Trasferire in una ciotola e tenere da parte.
2. Mettere nel boccale l'acqua e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
3. Aggiungere la farina, l'olio extravergine di oliva e 1 cucchiaino colmo del sale aromatico messo da parte, impastare: **2 min. 30 sec./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Infarinare una ciotola capiente e trasferirvi l'impasto, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (1-2 ore circa).
5. Preriscaldare il forno a 200°C. Foderare la placca del forno con carta forno e tenere da parte.
6. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro e con l'aiuto del matterello stendere un rettangolo (circa 20x40 cm). Tagliare dal lato corto delle strisce larghe circa 1 cm, tirarle con delicatezza per raggiungere una lunghezza di circa 30 cm, attorcigliarle e sistemarle sulla placca preparata. Cospargere a piacere con un po' di sale aromatico.
7. Cuocere in forno caldo per 20-25 minuti (200°C) fino a che risulteranno dorati, controllando che non scuriscano troppo.
8. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare sulla placca prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./**, sino ad ottenere un impasto elastico.
- Si possono conservare per diversi giorni in una scatola di latta o in un portabiscotti.
- Il trito di sale aromatico si conserva in un contenitore a chiusura ermetica per diverso tempo ed è ottimo come insaporitore per arrosti, bistecche, sughi ecc.

45 min

3 h 15 min

40 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
163 kJ / 39 kcal / proteine 1 g / carboidrati 7 g / grassi 1 g

CRACKERS SENZA LIEVITO

INGREDIENTI
500 g di farina tipo 00
180 g di acqua
50 g di olio extravergine di oliva
10 g di sale + q.b.

UTENSILI UTILI
pellicola trasparente
placca del forno o teglia (circa 29x36 cm)
carta forno
matterello o macchinetta per tirare la pasta
rotella dentellata per ravioli

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale la farina, l'acqua, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
2. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro, compattarlo con le mani sino ad ottenere una palla liscia ed omogenea e avvolgerlo nella pellicola trasparente. Lasciare riposare a temperatura ambiente per 30 minuti.
3. Nel frattempo, preriscaldare il forno a 200°C e foderare la placca del forno con carta forno.
4. Togliere l'impasto dalla pellicola trasparente e riporlo sul piano di lavoro e con l'apposita macchinetta per tirare la pasta (o con il matterello) stenderlo ad uno spessore di 2 mm. Con una rotella dentellata (o con uno stampino) ritagliare i crackers, sistemarli sulla placca preparata e spolverizzarli a piacere in superficie con del sale.
5. Cuocere in forno caldo per 12-14 minuti circa (200°C) fino a che risulteranno leggermente dorati.
6. Sfornare con attenzione e lasciare raffreddare prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Si possono conservare per diversi giorni in una scatola di latta o in un portabiscotti.

VARIANTI
- I crackers possono essere aromatizzati a piacere spolverizzandoli anziché con il sale con erbe aromatiche.
- Per un impasto più saporito, a piacere, aggiungere al passaggio 1 delle erbe aromatiche secche o delle spezie (peperoncino, curry, curcuma, etc.).

FOCACCIA ALL'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA

INGREDIENTI

Impasto

- 170 g di patate, precedentemente sbollentate per 20 minuti e sbucciate
- 215 g di acqua
- 10 g di lievito di birra fresco
- 1 cucchiaino di zucchero
- 500 g di farina tipo 1 o di farina tipo 00
- 35 g di olio extravergine di oliva + q.b.
- 10 g di sale

Terminare la preparazione

- 30 g di olio extravergine di oliva + q.b.
- 20 g di acqua

UTENSILI UTILI

schiacciapatate
forchetta
pellicola trasparente
ciotola
teglia da forno (35x40 cm)
pennello da cucina

PREPARAZIONE

Impasto

1. Schiacciare le patate con una forchetta o uno schiacciapatate e tenere da parte.
2. Mettere nel boccale l'acqua, il lievito di birra e lo zucchero, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
3. Aggiungere la farina, le patate schiacciate, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
4. Ungere leggermente una ciotola capiente e trasferirvi l'impasto. Coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2 ore circa).

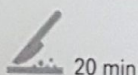
Terminare la preparazione

5. Ungere bene con olio extravergine di oliva una teglia rettangolare (35x40 cm circa). Sistemare l'impasto sulla teglia preparata e stenderlo con le mani leggermente unte d'olio su tutta la superficie della teglia affondando bene le dita, ma senza bucare l'impasto. Lasciare lievitare nuovamente al riparo da correnti d'aria per 1-2 ore.
6. Preriscaldare il forno a 180°C.
7. Mettere nel boccale l'acqua e l'olio extravergine di oliva, emulsionare: **10 sec./vel. 4**. Spennellare in modo uniforme la focaccia con l'emulsione ottenuta.
8. Cuocere in forno caldo per 30-35 minuti circa (180°C) prestando attenzione a non farla dorare troppo.
9. Togliere con attenzione la teglia dal forno e servire la focaccia calda o tiepida.

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Si accompagna bene con formaggi e salumi.
- Si conserva in un sacchetto di plastica per alimenti con chiusura ermetica per 2-3 giorni.
- È un'ottima merenda per bambini e ragazzi.

VARIANTI

- A piacere, aggiungere pomodorini e olive, facendoli affondare bene nell'impasto prima di infornare.

20 min

4 h 55 min

10 porzioni

facile

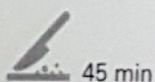
Valori nutritivi per porzione:
1159 kJ / 277 kcal / proteine 6 g / carboidrati 41 g / grassi 11 g

TIGELLE

INGREDIENTI
250 g di latte
10 g di lievito di birra fresco
1 cucchiaino di zucchero
500 g di farina tipo 1 + q.b.
o di farina tipo 0 + q.b.
20 g di strutto
1 cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI
ciotola
canovaccio pulito
pellicola trasparente
coppapasta (Ø 7 cm)
vassoio
matterello
padella antiaderente
paletta

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale il latte, il lievito di birra e lo zucchero, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2**.
2. Aggiungere la farina, lo strutto e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppia il volume (2-3 ore circa).
4. Sul piano di lavoro infarinato, con l'aiuto del matterello, stendere l'impasto ad uno spessore di circa 0,5 cm. Infarinare leggermente un vassoio. Con un coppapasta (Ø 7 cm) ritagliare dei dischetti (si otterranno circa 30 pezzi) e disporli sopra il vassoio. Lasciare lievitare ancora per circa 1 ora.
5. Scaldare una padella antiaderente e rivestire un cestino (o una ciotola) con un canovaccio. Cuocere le tigelle poche per volta a fiamma media per circa 3-4 minuti per parte girandole più volte con una paletta e continuare la cottura finché non saranno dorate da ambo i lati. Man mano che sono pronte, trasferire le tigelle all'interno del cestino e coprirle, in maniera tale da mantenerle calde e fragranti.
6. Servire le tigelle calde guarnendole a piacere oppure far raffreddare e conservare (vedere consigli).

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o del latte poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Guarnire le tigelle con formaggi freschi, salumi e anche in versione dolce con crema gianduia.
- È possibile conservare le tigelle cotte o parzialmente cotte in congelatore. Scaldare o ultimare la cottura in padella al momento dell'utilizzo.

45 min

3 h 50 min

30 pezzi

facile

Valori nutritivi per porzione:
293 kJ / 70 kcal / proteine 2 g / carboidrati 14 g / grassi 1 g

GNOCCO FRITTO

INGREDIENTI

500 g di farina tipo 00
250 g di latte
25 g di olio extravergine di oliva
2 cucchiaini di sale
1 bustina di lievito in polvere
per torte salate
olio di arachidi

UTENSILI UTILI

mestolo forato
padella antiaderente
ciotola da portata capiente
vassoio
rotella dentellata per ravioli
matterello o macchinetta
per tirare la pasta
pellicola trasparente
carta assorbente da cucina
ciotola

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale la farina, il latte, l'olio extravergine di oliva, il sale e il lievito, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
2. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro, compattarlo con le mani sino ad ottenere una palla liscia ed omogenea e avvolgerlo nella pellicola trasparente. Lasciare riposare a temperatura ambiente per 15 minuti.
3. Togliere l'impasto dalla pellicola trasparente e riporlo sul piano di lavoro. Con l'apposita macchinetta per tirare la pasta (o con il matterello) stendere l'impasto ad uno spessore di 2-3 mm. Con una rotella dentellata ritagliare dei rettangoli (circa 10x7 cm) e riporli su un vassoio.
4. Rivestire un cestino o una ciotola con carta assorbente da cucina. In una padella antiaderente scaldare abbondante olio di arachidi e friggere pochi pezzi alla volta a fiamma vivace girandoli appena gonfieranno in modo che prendano colore da ambo le parti. Scolare bene lo gnocco con un mestolo forato man mano che sono pronti, metterli nel cestino preparato e coprire con una ciotola grande, in maniera tale da mantenerlo caldo e fragrante. Proseguire fino al termine dell'impasto.
5. Servire lo gnocco fritto subito ben caldo.

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o del latte poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Si accompagna a salumi, formaggi e verdure in pinzimonio e può essere servito come antipasto o secondo piatto.

45 min

1 h 5 min

6
6 porzioni

medio

Valori nutritivi per porzione:
2084 kJ / 498 kcal / proteine 11 g / carboidrati 66 g / grassi 23 g

GRISSINI CON ESUBERO DI LIEVITO MADRE

INGREDIENTI

200 g di lievito madre
120 g di acqua
1 cucchiaino di malto di orzo
o di miele
280 g di farina tipo 1 + q.b.
o di farina tipo 00 + q.b.
40 g di olio extravergine di oliva
1 cucchiaino di sale
sale in cristalli o sale grosso

UTENSILI UTILI

coltello a lama lunga
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
ciotola
pellicola trasparente

PREPARAZIONE

1. Mettere nel boccale il lievito madre, l'acqua e il malto, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **2 min. 30 sec./🌾**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto sul piano di lavoro infarinato e dare la forma di un panetto con il lato corto lungo 10 cm. Cospargere tutti i lati del panetto con della farina, coprire con pellicola trasparente (o con una ciotola) e far lievitare fino al raddoppio del volume (circa 3-4 ore).
4. Preriscaldare il forno a 200°C. Foderare la placca con carta forno e mettere da parte.
5. Tagliare dal lato corto del filone delle strisce di pasta larghe circa 1 cm. Assottigliare ogni striscia tirandola delicatamente per le estremità per ottenere una lunghezza di circa 30-40 cm facendo in modo che siano abbastanza omogenei tra loro. Appoggiare i grissini uno accanto all'altro sulla placca del forno preparata (se si spezzano non reimpastarli ma appoggiarli sulla placca così come sono). Si otterranno circa 25-30 grissini.
6. Cospargere a piacere con cristalli di sale o sale grosso e cuocere in forno caldo per 15 minuti circa (200°C) controllando che non scuriscano troppo.
7. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare i grissini su di essa. Consumare freddi o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI

- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./🌾** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Si possono conservare per diversi giorni in una scatola di latta o in un portabiscotti.

45 min

5 h 50 min

30 pezzi

medio

Valori nutritivi per porzione:
243 kJ / 58 kcal / proteine 2 g / carboidrati 11 g / grassi 1 g

FETTE BISCOTTATE

INGREDIENTI
125 g di acqua
125 g di latte
30 g di miele
10 g di lievito di birra fresco
500 g di farina tipo 1
o di farina tipo 00
20 g di olio extravergine di oliva
+ q.b.
1 cucchiaino di sale

UTENSILI UTILI
coltello a seghetto per pane
placca del forno o teglia
(circa 29x36 cm)
carta forno
gratella
ciotola
pellicola trasparente
stampo a cassetta rettangolare
(circa 25x11 cm)

PREPARAZIONE
1. Mettere nel boccale l'acqua, il latte, il miele e il lievito di birra, sciogliere: **3 min./37°C/vel. 2.**
2. Aggiungere la farina, l'olio extravergine di oliva e il sale, impastare: **3 min./**. Si dovrà ottenere un impasto elastico e lavorabile (vedere consigli).
3. Trasferire l'impasto in una ciotola, coprire con pellicola trasparente e lasciare lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria fino a che raddoppierà il volume (2 ore circa).
4. Ungere uno stampo da plum cake (circa 25x11 cm) con un filo di olio extravergine di oliva.
5. Trasferire l'impasto lievitato sul piano di lavoro, dargli la forma di un filone della stessa lunghezza dello stampo e adagiarlo al suo interno e cercare di livellarlo bene. Far lievitare in luogo tiepido al riparo da correnti d'aria sino al raddoppio del volume (1-2 ore circa).
6. Preriscaldare il forno a 180°C.
7. Cuocere in forno caldo per 45 minuti (180°C).
8. Togliere dal forno e far raffreddare 10-15 minuti nello stampo, poi sformarlo e far raffreddare completamente su una gratella.
9. Preriscaldare il forno a 150°C e foderare la placca del forno con carta forno.
10. Con un coltello a seghetto tagliare il pane a fette spesse circa 8 mm e sistemarle sulla placca preparata.
11. Cuocere (biscottare) le fette in forno caldo per 10 minuti (150°C), poi girarle e biscottare dall'altra parte per altri 10 minuti (150°C).
12. Togliere con attenzione la placca dal forno e far raffreddare completamente prima di servire o conservare (vedere consigli).

CONSIGLI
- Qualora l'impasto dovesse risultare troppo morbido o troppo duro aggiungere della farina o dell'acqua poco per volta e impastare: **30 sec./** sino ad ottenere un impasto elastico.
- Si possono conservare per diversi giorni in una scatola di latta o in un portabiscotti.

20 min

5 h 50 min

25 fette

facile

Valori nutritivi per porzione:
339 kJ / 81 kcal / proteine 3 g / carboidrati 16 g / grassi 1 g

INDICE PER CAPITOLO

PASTA MADRE

PANI CLASSICI DALL'ITALIA E DAL MONDO

PANI CREATIVI E AROMATIZZATI

NON SOLO PANE

INDICE ALFABETICO

PANE E PANINI
IL PROFUMO DEL FORNO DI CASA

Tutta la fragranza del buon pane fatto in casa racchiusa nelle 60 ricette di questo Libro. Dai più classici pani da tavola a quelli più particolari e stuzzicanti, le ricette proposte sapranno stupire la famiglia e gli ospiti, in ogni occasione.

€ 35
www.bimby.it

ISBN 978-3-03844-125-0